





Für Naschkatzen: Aprikosen-Kokos Bällchen

🕒 Preparation time: 20 minutes

👤 Portions: 6

👨‍🍳 Cooking time: 0 minutes

Total time: 20 minutes

Zutaten für 18 Stück

- 100 g Soft Aprikosen getrocknet
- 50 g Cashewkerne
- 50 g Datteln getrocknet | ohne Kerne
- 30 g Haferflocken
- 3 EL Agavendicksaft
- 3-4 EL frischer Zitronensaft
- 2 gehäufte EL gepopptes Amaranth | wird auch als "gepufftes Amaranth" verkauft
- Eine Prise Salz
- 30 g Kokosflocken

Außerdem: Pralinenförmchen aus Papier

Zubereitung (ca. 15-20 Minuten)

1. Getrocknete Aprikosen und Datteln zusammen mit den Cashewkernen, den Haferflocken, dem Agavendicksaft, der frischen Zitrone, dem gepoppten Amaranth sowie einer kleinen Prise Salz in einen Mixer geben. Alle Zutaten zu einer gleichmäßigen, lockeren & sehr klebrigen Masse zerkleinern.
2. Kleine Portionen der Masse abtrennen und zwischen den trockenen Handflächen zu Kugeln in gewünschter Größe drehen. Alle Bällchen nebeneinander auf ein Schneidebrett geben.
3. Tipp: Die Masse keinesfalls mit angefeuchteten oder nassen Händen zu Bällchen formen. Die Masse ist zwar sehr klebrig, aber bei nassen Händen wird die Oberfläche der Bällchen unschön glitschig. Mit ganz trockenen Handflächen die Kugeln formen. Sollten diese zu klebrig werden: Hände waschen, aber vollkommen abtrocknen, bevor es weiter geht.
4. Zum Abschluss die Bällchen in Kokosflocken wenden. Dafür die Kokosflocken bzw. -raspel in eine flache Schüssel geben und die recht klebrigen Bällchen darin wälzen.
5. In kleinen Pralinenförmchen servieren.

In einer Keksdose mit Backpapier trocken aufbewahren.