

Wilde Energiebällchen mit Brennnessel und Kakao

Ergibt etwa 12 Stück

- 120g getrocknete Aprikosen über Nacht in wenig Wasser einweichen, überschüssiges Wasser danach abseihen
- 80g Walnüsse über Nacht in der mindestens 3-fachen Menge Wasser einweichen und dann gut ausspülen
- Aprikosen und Nüsse mit dem Stabmixer zu einer klebrigen Masse zerkleinern
- 2 EL Brennnesselsamen, 2 EL Kakaopulver, 1 EL Kokosöl, 1 Prise Salz dazugeben und mitmixen bis ein homogener Teig entsteht
- Aus der Masse kleine Bällchen formen
- In gemörserten Brennnesselsamen, oder Kakaopulver, oder gemahlene Nüssen wälzen
- Im Kühlschrank mindestens 1 Stunde durchziehen lassen

Die Brennnesselsamen können durch ein beliebiges Wildpflanzenpulver/-mehl ersetzt werden, zum Beispiel Gundermannblättchen.

