



### **DU BRAUCHST:**

100g gemahlene Mandeln  
 80g entsteinte Datteln  
 200g Karotten  
 120g zarte Haferflocken  
 etwas Kokosraspeln

### **SO GEHT'S:**

Karotten schälen und fein raspeln. Datteln und Mandeln in einem Mixer zu einer Masse mixen. Karotten und Haferflocken unterheben und die Masse 10 Minuten rasten lassen. Bällchen Formen und wenn gewünscht in Kokosraspeln wälzen.



### **DU BRAUCHST:**

160g gemahlene Nüsse  
 160g entsteinte Datteln  
 10g Kakao  
 etwas Kokosraspeln

### **SO GEHT'S:**

Datteln und gemahlene Nüsse in einem Mixer zu einer Masse mixen. Kakao unterrühren und mit feuchten Händen zu Bällchen Formen. Wenn gewünscht in Kokosraspeln wälzen.



GUTES GELINGEN WÜNSCHT EUER



Elternverein  
 VS Schwefel