



Süße Dattel-Mandel-Eier

Zutaten (für 2 Portionen):

150g getrocknete Datteln

100g Mandeln

1 EL Kakaopulver

1 Msp. Vanille

1 Msp. Kardamom

1 EL Leinsamen

Backkakao und Kokosflocken zum Dekorieren



Unser Tipp für Dich:
Anstelle von Mandeln kannst Du auch andere Nüsse oder Cashewkerne verwenden. Durch die Kombination der Datteln, Mandeln und Leinsamen sind diese Dattel-Mandel-Eier auch ein prima natursüßer Energiespender für Zwischendurch. Sei es bei der Arbeit, vor dem Sport oder beim Lernen.

So wird es gemacht:

Alle Zutaten, bis auf die Zutaten zum Dekorieren, in einem Mixer oder einer Küchenmaschine zerkleinern, bis eine klebrige Masse entsteht. Diese zu kleinen Ostereiern formen.

Anschließend im Backkakao oder in Kokosflocken rollen und im Kühlschrank kaltstellen!

Die Dattel-Mandel-Eier können auch prima eingefroren werden.