

## **Energiekugeln**

*Ca. 20 Stück*

*Zutaten*

*200 g Soft-Aprikosen, getrocknet*

*12 EL (140 g) SAMBAKI von Amarant-Bär*

*2 EL (40 g) Kokosraspeln*

*1 ½ EL Honig*

*1 TL Kokosöl*

*1 gestr. TL Keksgewürz nach Hildegard von Bingen*

*2 EL gepopter Amarant Natur oder Schoko*

*. Soft-Aprikosen im Mixer fein hacken.*

*6 EL Sambaki und 2 EL Kokosraspeln  
in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten  
(bis leichte Röstaromen entstehen).*

*Honig und Kokosöl in die heiße Pfanne zugeben,  
so dass es leicht aufkocht und gut verrühren.*

*. 6 weitere EL Sambaki' (ungeröstet),*

*Brecht Keksgewürz*

*und die gehackten Aprikosen untermischen  
und etwas abkühlen lassen.*

*Walnussgroße Kugeln (oder etwas kleiner)  
formen und in den restlichen 2 EL gepopten Amarant wälzen.*

*Im Kühlschrank mindestens 30 Minuten  
auskühlen lassen und genießen.*

*Sind gekühlt etliche Tage haltbar !!*

**Gutes Gelingen und einen ebensolchen Appetit !!!**

## Energiekugeln

Ca. 20 Stück

### Zutaten

200 g Soft-Aprikosen, getrocknet

12 EL (140 g) SAMBAKI von Amaranth-Bär

2 EL (40 g) Kokosraspeln

1 ½ EL Honig

1 TL Kokosöl

1 gestr. TL Keksgewürz nach Hildegard von Bingen

2 EL gepopter Amaranth Natur oder Schoko

. Soft-Aprikosen im Mixer fein hacken. 6 EL Sambaki und 2 EL Kokosraspeln in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten (bis leichte Röstaromen entstehen). Honig und Kokosöl in die heiße Pfanne zugeben, so dass es leicht aufkocht und gut verrühren.

. 6 weitere EL Sambaki (ungeröstet), Brecht Keksgewürz und die gehackten Aprikosen untermischen und etwas abkühlen lassen.

Walnussgroße Kugeln (oder etwas kleiner) formen und in den restlichen 2 EL gepopten Amaranth wälzen. Im Kühlschrank mindestens 30 Minuten auskühlen lassen und genießen.