

# Breakfast-Balls

Rezept für 4 Personen



Vegan, Laktosefrei, Glutenfrei

## Zubereitung

### Zutaten Breakfast-Balls

1 Apfel  
 50 g Haferflocken  
 3 EL gemahlene Haselnüsse  
 160 g gekochte Marroni  
 2 EL Leinsamen  
 75 g getrocknete Datteln  
 75 g Dörraprikosen  
 30 g getrocknete Cranberrys  
 2 EL Dattelsirup  
 1–2 EL Wasser, nach Bedarf  
 Gehackte Pistazien, gerösteter Sesam,  
 Fruchtpulver

### Zubereitung Breakfast-Balls

Den Apfel schälen und entkernen. Alle Zutaten in einen Mixer geben und mixen. Bei Bedarf wenig Wasser unterrühren, damit die Masse formbar wird. Aus der Masse 3–4 cm grosse Kugeln formen und in -Sesam, Pistazien oder Fruchtpulver wenden. Die Kugeln können im Kühlschrank 1 bis 2 Wochen aufbewahrt werden.