



FIT, BUNT UND LECKER



Aprikosen-Bälle

SÜSSES FÜR DIE BROTBBOX

ZUTATEN

150 g Aprikosen
40 g Haferflocken
20 g Honig

ANLEITUNG

Alle Zutaten im Mixer gut miteinander vermengen.
Anschließend kleine Bällchen daraus formen.
Optional in Kokosflocken, Kakao, gehackten
Mandeln... wälzen.

TIPP: Diese nuss-freie Variante kann mit jeder beliebigen Trockenfrucht zubereitet werden! Die Zugabe von Nüssen erhöht allerdings den Nährwert. Es darf ausprobiert werden!



Region Hannover