

Energiekugeln mit Kokos und Couscous

vegan, zuckerfrei, glutenfrei

Zubereitungszeit 10 Min.

100 g Couscous
z.B. aus grünen Erbsen (von L'azzaretti)

nach Packungsanweisung zubereiten,
abkühlen lassen

50 g Kokosöl
50 g Yaconsirop

Kokosöl schmelzen und mit Yacon-
sirop vermischen

80 g Rosinen
50 g Haferflocken
50 g Kokosraspeln

mit Kokosöl - Yacon-Mischung in
einen Standmixer geben und
zerkleinern, anschliessend mit an-
gefeuchteten Händen zu Kugeln formen