



## Energy Balls

### CASTLEMAKER LIFESTYLE-BLOG

#### Zutaten:

- 100 g Mandel
- 100 g Cashewkerne
- 75 g Datteln
- 25 g Cranberries
- 2 Spritzer Zitronensaft
- 1 Prise Meersalz
- TL Ingwer
- Messerspitze Kurkuma
- 1 TL Haferflocken
- 2-3 EL Himbeerpulver (aus gefriergetrockneten Himbeeren)
- 1 EL Porridge (trocken)

#### Zubereitung

1. Mandeln und Cashewkerne in einem Blender klein mahlen.
2. Dann Datteln und Cranberries zugeben und ebenfalls mixen.
3. Die restlichen Zutaten zugeben und nochmals für 2 Min. gut durchmischen.
4. Es entsteht eine formbare Masse. Porridge und Himbeerpulver in ein Schälchen geben. Mit der Hand mittelgroße Kugeln formen und diese dann in dem Himbeerpulvergemisch wälzen.