

Kokoskugeln

Zutaten:

500g Kokosraspeln

250g Datteln

300g Kokosmus

1 TI Vanillepulver

2 El Flohsamenschalen

Zubereitung:

Datteln (3 Std eingeweicht) fein mixen.

Kokosmus auf 30°C erwärmen und mit allen Zutaten vermengen.

Anschließend in Kokosraspeln wälzen und kühl stellen.

gefärbte Raspeln: rot (Rote Rübensaft), gelb (Kurkuma)

grün (Grassaft), orange (Karottensaft)



