



### **Energiebällchen (die lieben alle:))**

100gr Haselnüsse rösten und reiben.  
500gr Haferflocken in einer Küchenmaschine grob zu Hafermark zermahlen  
(alternativ direkt Hafermark verwenden).

160gr Bio-Kokosfett mit 160ml warmen (Getreide)Kaffee verrühren bis sich das Fett auflöst. 250gr Vollrohrzucker, etwas Vanillezucker, 1 EL Zimt, die geriebenen Nüsse und das Hafermark beimengen. Die Masse mind. 1 Stunde ruhen lassen, dann kleine Bällchen formen und in Kokosflocken wälzen.

*Rezept aus Sandra Hartmanns Kochbuch:  
„Ayurveda Alchemist – Die große Kochschule vegan & vegetarisch“  
ISBN: 978-3-99064-050-0*