Energiekugeln

Du benötigst folgende Zutaten und Hilfsmittel:

1 reife Banane
100 g Haferflocken
50 g gemahlene Mandeln
30 g Kokosraspeln
2 EL Milch
2 EL Honig
Etwas Zimt
Eventuell Milch zum Verdünnen
Erwachsenen Assistenten

1. Zerdrücke die Banane in einer großen Schüssel.

2. Füge, bis auf die Kokosraspeln, alle Zutaten hinzu und verknete das Ganze zu einem festen Brei.

3. Ist der Brei zu fest oder krümelig, gib vorsichtig etwas mehr Milch hinzu.

4. Rolle nun aus dem Brei mit den Händen pralinengroße Kugeln.

5. Gib die Kokosraspeln in eine kleine Schüssel und wälze die Pralinen darin. Stelle sie noch mal kurz in den Kühlschrank, verzehre sie aber am besten so frisch wie möglich.

Guten Appetit!! ☺