








SCHOKOLADENKUGELN

-  100 g gemahlene Rosinen
-  100 g Sonnenblumenkerne
-  100 g 80 % Schokolade
-  Kokos für das Kugeln-Wälzen

Zubereitung:

Rosinen und Sonnenblumenkerne vermahlen und zu der zerschmolzenen Schokolade einrühren und zusammenmischen. Die Masse mit einem kleinen Löffel schöpfen, in Kokos wälzen und zu kleinen Kugeln formen.

Nährwerte pro Stücke: 88 kcal

-  Protein: 12 %
-  Kohlenhydrate: 46 %
-  Fette: 42 %