

Aprikosen-Sesam-Energy Balls

Fruchtige Aprikosen-Sesam-Energy Balls

Heute mal ein einfaches Rezept für Aprikosen-Sesam-Energy Balls. Diese hier mag mein Mann besonders gerne, was mich eigentlich nicht wundert, denn er mag wirklich alles was süß ist ☐ Das ist für mich als Kalorienzähler natürlich unheimlich praktisch, denn so kann ich immer viel ausprobieren, ohne alles essen zu müssen. Hier kommt wirklich nichts weg, mein Mann und mein Sohn vernichten alles ☐

Zurück zu den Energy Balls ... Die Aprikosen-Bällchen sind fix gemacht, schön fruchtig und nicht so arg süß, wie Energy Balls mit Datteln. Aber auch hier natürlich wieder beachten, ein Energy Ball hat 88 Kalorien, was für so eine kleine Kugel schon ganz ordentlich ist. Also nicht alle auf einmal naschen ☐

Leckere Energy Balls mit Aprikosen, Sesam & Erdnussmus

Wie bei den meisten Rezepten für Energy Balls, kommen auch für die Aprikosen-Bällchen alle Zutaten in einen Mixer oder eine Küchenmaschine. Dann wird alles zu einer gleichmäßigen, klebrigen Masse vermixt. Mit leicht feuchten, oder leicht geölten Händen, gleichgroße Kugel formen, in Sesam wälzen und zum Kühlen für gute 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Nach einer guten halben Stunde sind die leckere Aprikosen-Sesam-Energy Balls fertig und ihr könnt sie genießen. Gut verschlossen könnt ihr die fertigen Energy Balls für 7-10 Tage

im Kühlschrank lagern.

Hier findet ihr weitere Rezept-Ideen für Snacks zum Ausprobieren & Nachmachen



Fruchtige Müsliriegel aus dem Dörrgerät



Gefüllte Jalapeños



Bananenchips aus dem Dörrgerät



Fruchtleder



Neuerscheinung

Kalorienarme Rezepte

190 Rezepte unter 500 Kalorien
für ein gesundes Mittag- & Abendessen

Ab sofort als eBook
& Taschenbuch erhältlich!

[mehr Infos zum Buch](#)