



Kurkumabällchen

Für 12-14 Bällchen
20 Min. + 30 Min. Kühlzeit

50 g Mandelmehl
50 g Kokosmehl
2 TL Kurkumapulver
1 TL Ingwerpulver
3 EL Kokosöl
60 g Mandelmus
60 g Honig
4 EL Kokosflocken (zum Wälzen)

Mehle, Kurkuma und Ingwer mischen. Kokosöl etwas erhitzen, mit Mandelmus, Honig und Mehl Mix zu einem Teig verkneten und eine Rolle formen. Für ca. 30 Min. kaltstellen.

Kokosflocken auf einen Teller geben. Aus der Rolle ca. 12-14 Scheiben schneiden und daraus Bällchen formen, in den Kokosflocken wenden und servieren.

Im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb 1 Woche verzehren.

Nährwert pro Stück
110 kcal, P 4 g, F 8 g, KH 5 g