



# Dattel-Mandel-Pralinen

(Rezept für 36 Kugeln)

## Zutaten:

- 400 g getrocknete Datteln
- 200 g Mandeln
- 20 g Puderzucker
- 40 g Kokosraspeln

## Zubereitung:

Datteln und Mandeln mit einem starken Pürrierstab zerkleinern.

Mit angefeuchteten Händen Kugeln formen. Diese in dem Gemisch aus Puderzucker und Kokosraspeln rollen. Die fertigen Pralinen im Kühlschrank lagern.

Nährwerte pro Portion = 1 Kugel

70 kcal, 2 g Eiweiß, 4 g Fett, 8 g Kohlenhydrat, 1,7 g Ballaststoffe