Hashimoto

Dattelkonfekt (Energiekugeln)

Zutaten (für ca. 20 Stück):

- 125 g Cashewkerne
- 125 g Mandeln
- 125 g Medjool-Datteln
- 2 EL Aprikosenmarmelade
- ½ TL Zimt
- 1 TL Kardamom
- 2 EL Sesamsamen
- 50 g Mandelblättchen



Cashewkerne und Mandeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett vorsichtig anrösten, abkühlen lassen. Währenddessen die entkernten Datteln in feine Würfel schneiden. Cashews und Mandeln recht fein hacken (oder in einen Blitzhacker geben - aber nicht zu Mus werden lassen). St 5-6 ca 5 sek.

Alle Zutaten bis auf die Mandeln in einer Küchenmaschine oder mit einem Handrührer gut miteinander vermengen. Die Mandelblättchen in einen tiefen Teller schütten und eine Schüssel Wasser bereitstellen. Mit einem Teelöffel kleine Teigmengen von der Dattel-Nuss-Mischung abstechen, die Hände anfeuchten und daraus Bällchen formen. In den Mandelblättchen wälzen.