

Energie-Bällchen

(1 Bällchen, ca. 30 g: 88 kcal, 8 g KH, 3 g P, 4 g F)

Zutaten für ca. 20 Bällchen

- 125 ml Soja-Milch
- 200 g Hafervollkornflocken, fein
- 45 g Sojajoghurt
- 5 g Cellagon CELLAMINO Vanille
- 2 EL Cellagon CellaVie ingenium
- 25 ml Cellagon T.GO
- 120 g Cellagon Streugold Granatapfel-Aronia
- 4 EL Kokosflocken (zum Wälzen) oder Cellagon Streugold Granatapfel-Aronia

Zubereitung

Milch leicht erwärmen und die Haferflocken etwa 5 Minuten darin einweichen. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen und mit angefeuchteten Händen wallnussgroße Bällchen formen, abschließend in Kokosflocken wälzen. Ca. 2 Stunden trocknen lassen. Im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb 1 Woche verzehren.