



# Bliss Balls mit Ingwer

⌚ 20–30 Min   

## Zubereitung

- 1 Alle trockenen Zutaten vermengen und in einer Küchenmaschine mixen.
- 2 Danach Honig, Zitronensaft und Zitronenzesten hinzugeben und weitermixen, bis eine einheitliche und klebrige Masse entsteht.
- 3 Kleine Bällchen mit den Händen formen.
- 4 Vor dem Verzehr für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen. Danach herausnehmen und genießen.

## Zutaten für 4 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

|         |                                     |
|---------|-------------------------------------|
| 2 TL    | Geschmolzenes Kokosöl               |
| 85 g    | Hafermehl                           |
| 85 g    | Kokosraspeln                        |
| 3 TL    | Frischer Zitronensaft               |
| 1 TL    | Mohn                                |
| 3 TL    | Ahornsirup                          |
| 0.5 TL  | ♦ Ingwer gemahlen                   |
| 0.5 TL  | ♦ Zimt gemahlen                     |
| 1 Prise | ♦ Cardamom gemahlen                 |
| 4 Prise | ♦ Neugewürz (Piment) gemahlen       |
|         | Zitronenzesten einer halben Zitrone |

