

Energiebällchen

(ca. 50 Stück)

40 g Butter

80 g Honig

2-3 EL Zitronensaft

150 g CereGran®

50 g Erdmandel-Flocken

100 g Sesam und gehackte Kürbis- und
Sonnenblumenkerne



Backofen auf 150°C (Heißluft) vorheizen. Butter, Honig und Zitronensaft kurz aufkochen, CereGran®, Erdmandel-Flocken und Kernmischung dazugeben und gut vermengen. Die Masse zu kleinen Kügelchen formen (z.B. mit Hilfe eines Teelöffels) und auf ein geöltes Backblech geben. Etwa 10 Minuten backen lassen.