



Rheinland-Pfalz
ISST BESSER



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN

Hafer-Sahnekugeln

Für 6 Personen (Snack)

Zutaten:

- 200 ml süße Sahne
- 2 EL Zucker
- 150 g Haferflocken
- Zimt nach Belieben
- 2 EL Kakao
- 4 EL Kokosraspeln
- 1 TL Vanillezucker
- optional: getrocknete Aprikosen oder Datteln

So wird es gemacht:

1. Den Zucker zusammen mit der Sahne aufschlagen.
2. Die Haferflocken mit einem Teigschaber unter die Sahne heben und optional klein gehackte getrocknete Früchte dazugeben.
3. Die Masse mit Vanillezucker und optional Zimt abschmecken und 15 Minuten kühl stellen.
4. Den Kakao und die Kokosraspeln in je einen Suppenteller geben, so dass der Boden bedeckt ist.
5. Aus der Masse 24 Kugeln in der Größe einer Kirsche zwischen den Handflächen rollen und in einen Suppenteller legen.
6. Durch kreisende Bewegungen des Tellers die Kugeln mit dem Kakao oder den Kokosraspeln umhüllen.

