



Superfood-Pralinen mit Quinoa Crispies, Kakao und Erdnussbutter

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Zutaten für 10 Pralinen

3 Esslöffel Kakao
70 ml Kokosöl
130 g Erdnussbutter (alternativ Mandelmus)
85 g Honig (alternativ Agavendicksaft)
350 g Quinoa Crispies
Himbeeren, Blaubeeren, Brombeeren

Ja, es gibt sie tatsächlich - Pralinen, die gesund sind und auch gut schmecken. Knuspern tun sie auch - ganz doll sogar. Die Basis: Quinoa Crispies - gekochter Quinoa, der im Backofen zu kleinen Knusprigkeiten gebacken wird. Zusammen mit Kakao, Erdnussbutter und Honig eine süße Nascherei - ganz ohne schlechtes Gewissen.

- 1 -

Kakao, Kokosöl, Erdnussbutter und Honig in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Quinoa Crispies dazugeben und verrühren, kaltstellen.

- 2 -

Masse zu Kugeln formen und mit Beeren garnieren.