

# Aprikosen-Powerballs



Ein leckerer und gesunder Snack für zwischendurch,  
der richtig Power gibt!

## ZUTATEN:

- 50 g feine Haferflocken
- 75 g getrocknete Aprikosen
- 10 g Kakaopulver aus fairem Handel
- 50 g Haselnüsse, gehackt
- 1 Esslöffel Honig

## SO GEHT'S:

1. Die getrockneten Aprikosen vorsichtig in kleine Stücke hacken.
2. Tipp: Wenn deine Haferflocken nicht fein genug sind, kannst du sie im Mixer zerkleinern.
3. Alle Zutaten in einer Schüssel mischen und gut vermengen, bis sie sich zu einer klebrigen Masse verbinden.
4. Mit den Händen mundgerechte Powerballs formen.
5. Tipp: Mit angefeuchteten Händen klebt die Masse nicht so sehr! Hab also am besten eine kleine Schüssel mit Wasser für deine Finger griffbereit.
6. Schon fertig! Viel Spaß beim Naschen!

## Wir wünschen guten Appetit!

Das Projekt Naturpark-Kochschule wird mit Mitteln des Landes Baden-Württemberg gefördert.

Weitere Informationen: [www.naturpark-kochschule.de](http://www.naturpark-kochschule.de)



## Ein Rezept von

**Rausch - Die Familienwerkstatt:**

[www.rausch-familienwerkstatt.de](http://www.rausch-familienwerkstatt.de)



Naturpark  
Südschwarzwald