

## Schwierigkeitsgrad



**PRO PORTION**

**KALORIEN**  
1217 kcal

**KOHLNHYDRATE**  
76,1 g

**FETT**  
81,4 g

**EIWEISS**  
42,7 g

**BALLASTSTOFFE**  
21,9 g

# Lebkuchen-Kugeln

## Zubereitung (45 Min.)

1. Alle Zutaten mit 2 EL Wasser vermengen. 2 TL Kakaopulver in eine Schüssel geben.
2. Aus dem Teig ca. 25 Kugeln formen und im Kakao wälzen.
3. Für ca. 30 Minuten kühlen.

---

**Tipp!** Im Kühlschrank aufbewahren. Ergibt ca. 25 Stück. Nährwert pro Stück: 48 kcal, 3 g Kohlenhydrate, 1,7 g Eiweiß, 3,2 g Fett, 0,8 g Ballaststoffe

---

## Zutaten

100 g Haselnusskerne, gemahlen  
30 g Mandeln, gemahlen  
20 g Eiweißpulver, geschmacksneutral  
100 g Datteln, entsteint, gehackt  
1 TL Lebkuchengewürz  
2 TL Kakao  
Salz  
2 TL Kakao zum Bestreuen