



Kokos-Pralinen – lecker und leicht

Vata (-) Pitta (-) Kapha (+)

Zutaten

60 g	geschälte ganze Mandeln
90 g	Kokosraspeln
100 g	weisses Mandelmus
30 g	Agavendicksaft
1 Prise	Steinsalz
½ TL	gemahlene Vanille

Zubereitung

Mandeln und die Hälfte der Kokosraspeln im Mixer mahlen. Mit allen anderen Zutaten zu einem Teig vermengen und zu Kugeln formen. Kugeln in der anderen Hälfte der Kokosraspeln drehen.

Tipp

Die Kokos-Pralinen sind ein guter Snack bei einem Durchhänger nachmittags (in der Vatazeit, zwischen vierzehn und achtzehn Uhr).