

| *Zubereitungszeit: ca. 30 min* |



Zutaten :

- 225g Datteln
- 125g Walnüsse
- 1EL Kakaopulver
- 1 Priesse Salz
- 1/2TL Vanille Extrakt
- 50g Schokolade

pro Praline:



9% Protein



26% Fett



7% Kohlenhydrate

Und so geht's:

Datteln mit heißem Wasser übergießen und ca. 10 Min einweichen lassen. Das Wasser anschließend abgießen. In der Zwischenzeit Walnüsse in einer Pfanne rösten und abkühlen lassen. Etwa 10 Walnüsse weglegen und die restlichen Walnüsse, Datteln, Kakaopulver mit Salz und Vanille in einen Mixer geben und solange zerkleinern, bis eine fest Masse entstanden ist. Daraus Pralinen formen und diese ca. 10 Min. im Kühlschrank abkühlen lassen.

Schokolade über einem heißen Wasserbad schmelzen und anschließend einen Klecks Schokolade auf jede Praline geben und mit jeweils einer Walnuss verzieren.

