

Ostereier

Zutaten:

500 g Kokosraspeln

250 g Datteln

100 g Zedernüsse

1 Tl Kurkuma

1 Tl Vanillepulver

2 El Flohsamenschalen

200 g Hanfnüsse geschält

300 g Kokosmus

Zubereitung:

Datteln (3 Std eingeweicht) mit Zedernüsse fein mixen.

Kokosmus auf 30°C anwärmen und mit allen Zutaten vermengen.

Anschließend in Kokosraspeln wälzen und kühl stellen.

gefärbte Raspeln: rot (Rote Rübensaft), gelb (Kurkuma)

grün (Grassaft), orange (Karottensaft)

