



Fruchtiges Konfekt

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/fruchtiges-konfekt.jsp>



Rezeptinformation

Zutaten für: **25 Portionen**

Zubereitungszeit: **20 Min.**

Fertig in: **20 Min.**

Je Portion : **858 kJ, 205 kcal, 25 g Kohlenhydrate, 4 g Eiweiß, 10 g Fett, 0,5 mg Cholesterin**

Schwierigkeitsgrad: **mittel**

Zutaten

Zutaten für: 25 Portionen

Für die Pflaumen-Zimt-Kugeln:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
200 g	Pflaumen	
2 EL	Pflaumenmus	
100 g	Mandel, gehackt	
4 EL	Kokosflocken	
1 Msp.	Anis	
1 TL	Zimt	
100 g	Kokosflocken, zum Wenden	

Für die Aprikosenkugeln:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
200 g	Aprikosen	
2 EL	Aprikosenfruchtaufstrich	
1 EL	Orange, abgeriebene Schale	
150 g	Haselnüsse, gemahlen	
50 g	Pistazien, zum Wenden, gehackt	

Für das Dattelkonfekt:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
300 g	Datteln	
25 g	Walnüsse	

Für die Kuvertüre:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
100 g	Schokolade, edelherb	
1 EL	Butter	
0,5 TL	Kardamom	
1 TL	Zimt	
1 TL	Honig	

Mixteller Rezept

Zubereitung

Pflaumen-Zimt-Kugeln:

- 1.) Die Pflaumen fein würfeln mit den übrigen Zutaten vermischen und abschmecken.
- 2.) Immer einen Teelöffel Pflaumenmasse abstechen zur Kugel formen und in Kokosflocken wenden.

Aprikosenkugeln:

- 1.) Aprikosen sehr fein würfeln und mit den übrigen Zutaten vermischen.
- 2.) Die Masse teelöffelweise abstechen und daraus Kugeln formen in Pistazien wenden.

Dattelkonfekt:

- 1.) Datteln aufschlitzen und entkernen. In diese Schlitze die Walnüsse setzen.
- 2.) Die Zutaten für die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und die Datteln rechts und links darin eintauchen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Getränkertipp

Gewürzpunsch Tee Kaffee

Zubereitungstipp

Falls Sie die Kugeln an Erwachsene weiterschenken, können Sie auch ein paar Tropfen Pflaumen- oder Aprikosenlikör beifügen.

Kochschule

Bewahren Sie die Kugeln und das Konfekt im Gemüsefach des Kühlschranks auf. Mit bunten Konfekthüllen in durchsichtigen Tüten verpackt, sind sie auf Niklaustellern bei groß und klein beliebt.



Fruchtiges Konfekt

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/fruchtiges-konfekt.jsp>



.....
Rezept: Ganzheitliche Gesundheits- und Fitnessberaterin Gabriele Voigt-Gempp
Foto: Konzeptstudio Feierabend / Fotolia
Video: Jan Reiff
.....