



## Gewürzkugeln - ohne Backen

 ca. 30 Min.

 ca. 20 Kugeln



## Zutaten

---

50 g zarte Haferflocken

20 g Amaranth, gepufft

50 g Datteln, entsteint

40 g Cranberries

40 g Grafschafter Goldsaft Zuckerrübensirup

1/2 TL Zimt

2 Kardamomkapseln

4 Pimentkörner

# Zubereitung

Die Kardamomkapseln im Mörser zuerst zerstoßen und so die Samen freilegen. Die Kapselstücke dann entfernen. Anschließend mit den Pimentkörnern sehr fein mörsern.

Die Haferflocken in der Küchenmaschine ebenfalls etwas feiner zerkleinern. Dann die restlichen Zutaten hinzugeben und so lange zerkleinern und vermischen, bis eine grobe, klebrige Masse entstanden ist.

Mit den Händen kleine Kugeln formen.

Luftdicht aufbewahren.

Dieses Rezept entstand in Kooperation mit Bloggerin Elli von [LieberBacken.de](https://www.lieberbacken.de).