

# REZEPTTIPP

## Kokos-Dattel-Pralinen

Schokoladige Pralinen zum Naschen und Verschenken



Fotocredit: Dr. Goerg GmbH

### Zutaten für ca. 25 Pralinen:

- 100 g Dr. Goerg Bio-Kokosraspel
- 40 ml Dr. Goerg Bio-Kokosblütenzucker
- 2 EL Kokoswasser
- 150 g Bio-Kakaopulver
- 100 g Bio-Cashewnüsse
- 3 Bio-Datteln

### Zubereitung

1. Cashewnüsse in der Küchenmaschine zu einer sehr feinen Masse mahlen.
2. Datteln entkernen und fein hacken.
3. Beides zusammen mit 100 g Kakao, Kokosraspel, Kokoswasser und Kokosblütensirup vermengen.
4. Die Masse abgedeckt etwa 12 Stunden an einem kühlen Ort (nicht im Kühlschrank!) ziehen lassen.
5. Arbeitsfläche mit Frischhaltefolie auslegen und den restlichen Kakao gleichermaßen darauf streuen.
6. Nach und nach von der Pralinenmasse mit einem Teelöffel kleine Nocken abstechen, sie mit den Händen zu Kugeln rollen und im Kakao wälzen.
7. Die Pralinen bis zum Verzehr kühl stellen.

### Zubereitungszeit:

ca. 40 Minuten plus 12 Stunden Ziehzeit

### Genießertipp:

In Cellophantütchen verpackt, eignen sich die Pralinen hervorragend zum Verschenken – nicht nur zur Weihnachtszeit.

### Für folgende Ernährungsformen geeignet:

vegan, frei von Gluten und Laktose

### Das sagt der Ernährungsexperte:

Kokoswasser ist eine kalorienarme Erfrischung (15 kcal/100 ml) aus den jungen Kokosnüssen und eignet sich dadurch auch perfekt als Sportgetränk. Das Kokoswasser von Dr. Goerg besteht zu 100 % aus reinem Kokoswasser – die pure Erfrischung aus der Natur!



### **Zum Unternehmen Dr. Goerg:**

Das Unternehmen Dr. Goerg hat sich mit Herz und Seele hochwertigen Premium Bio-Kokosnussprodukten verschrieben – und das schmeckt man auch: Denn für Dr. Goerg werden ausschließlich 100 % erntefrische Bio-Kokosnüsse verarbeitet. Innerhalb von 72 Stunden nach der Ernte werden die Kokosnüsse direkt vor Ort in liebevoller Handarbeit verarbeitet.

Neben hochwertigen Premium Bio-Kokosnussprodukten steht das nachhaltige Unternehmen für Ökologie, Fairness und Hingabe. Ein respektvoller Umgang mit Mitarbeitern, der Natur und den Produkten gehört zu den Grundpfeilern der Unternehmensphilosophie. Aus diesem Grund engagiert sich Dr. Goerg mit dem „Fair Trade for Fair Life“-Projekt stark für die Absicherung seiner Kokosnussbauern.

Weitere Informationen zum Unternehmen Dr. Goerg und den hochwertigen Bio-Kokosnussprodukten erhalten Sie unter [www.drgoerg.com](http://www.drgoerg.com). Firmengründer und Geschäftsführer Manfred Goerg steht Ihnen nach Absprache für Interviews zur Verfügung.

---

Weitere Informationen und Bildmaterial können Sie gerne anfordern bei:

kommunikation.pur, Verena Franke, Sendlinger Straße 31, 80331 München, Tel.: 089 23 23 63 46, [franke@kommunikationpur.com](mailto:franke@kommunikationpur.com)