

# Energiekekse

## Zutaten:

**2 Bananen mit der Gabel fein zerdrücken**

**2 Äpfel und 2 Karotten mit der Röstiraffel reiben**

**80 g Rosinen**

**3 Esslöffel Ahornsirup oder Birnel**

**Zimt nach Belieben**

**1 Esslöffel Mandelbutter oder ersatzweise Erdnussbutter**

**1 Esslöffel Kokosfett nativ**

**150 g Haferflocken**

Alles gut durchmischen.

Backofen auf 200 Grad vorheizen.

Mit Esslöffel oder Glacé-Portionierer Häufchen formen und etwas flach drücken.

Bei 200 Grad ca. 30 Minuten backen.

Guten Appetit und viel Energie!

Steckborn, 24.04.2016