

Gebackene Avocado-Kokos-Bällchen

Diese gebackenen Avocado-Kokos-Bällchen sind genau das Richtige, wenn Ihr Eure fruchtigen Frühstücks-Bowls aufpeppen wollt oder Ihr ein Highlight für Eure Desserts sucht! Ja, Ihr habt richtig gelesen - diese Avocado-Kokos-Bällchen lassen sich am Besten mit süßen Zutaten kombinieren. Sie sind außen zart-knusprig mit einem weichen Avocado-Kern und passen mit ihrem wunderbaren Kokos-Aroma besonders zu fruchtigen Smoothie-Bowls, Fruchtsoßen oder zum Beispiel zu [sommerlicher Kirschgrütze](#). In dieser Kombination hatte ich sie auch ursprünglich zubereitet. Da Ihr die Avocado-Bällchen aber mit vielen fruchtigen Süßspeisen kombinieren könnt (ja, sie passen sogar zu Eis!), habe ich gedacht, ich stelle sie als Einzelrezept auf diesen Blog. Ihr solltet sie aber immer mit einem Dip oder einer Soße kombinieren. Unter diesem Blog-Post verlinke ich daher zu weiteren Rezepten, die sich wunderbar mit diesen köstlichen Avocado-Kugeln kombinieren lassen. Viel Spaß beim Ausprobieren und ich bin schon gespannt auf Eure Kombinationen. Herzlichst, Eure Lea

Zutaten für 30-32 Avocado-Bällchen

- 4 Avocados (reif aber nicht zu weich)
- 200 g Kokosraspel
- 3 EL Dinkelmehl Typ 630
- 120 ml Pflanzendrink (z.B. Mandeldrink oder Reisdink)
- 350 ml Kokosöl zum Frittieren (oder ein anderes hitzebeständiges Pflanzenöl)
- Optional: Etwas Rohrzucker zum Bestreuen der Bällchen

Außerdem: Ein Melonenausstecher

Zubereitung

Vier Avocados halbieren, den Kern entfernen und mit einem Melonen-Ausstecher Kugeln aus der Avocado ausstechen. Avocado-Bällchen mit einem Melone-Ausstecher aus dem Fruchtfleisch schneiden

Tipp: Restliches bzw. übrig bleibendes Avocado-Fruchtfleisch könnt Ihr zu Guacamole verarbeiten, als Brotaufstrich genießen oder in Euren nächsten Smoothie geben.

125 ml Pflanzendrink mit 60 g Dinkelmehl und 2 EL Rohrzucker verrühren. 200 g feine Kokosraspel auf einen zweiten Teller geben. Avocadobällchen zuerst in der flüssigen Masse und anschließend in den Kokosraspeln wenden. Panierte und noch nicht gebackenen Avocado-Bällchen 350-400 ml Kokosöl (je nach Größe Eures Topfes) erhitzen. Die panierten Avocado-Kokosbällchen nacheinander im heißen Kokosfett 1-2 Minuten rausbacken, mit einem Schaumlöffel herausheben und zum Abtropfen auf Küchentuch legen. Das Frittieren der Avocado-Bällchen geht ganz schnell. Lasst die Bällchen 2-3 Minuten im heißen Fett frittieren und wendet sie einmal, bis sie rundum goldbraun sind. Und schon sind die wunderbaren Avocado-Bällchen fertig. Ihr könnt Sie nun mit süßen Bowls, aber auch Salaten ganz nach Belieben kombinieren. Wenn Ihr sie einfach so naschen möchtet, empfehle ich Euch, eine Fruchtsoße dazu zu machen - etwas aus Erdbeeren, Kirschen oder Himbeeren. Sooo gut, sag' ich Euch. Wer mag, kann zum

Schluss noch etwas Rohrzucker über die Bällchen streuen. Ursprünglich habe ich diese leckeren Avocado-Bällchen zu sommerlicher Kirschgrütze gemacht. Hierzu passen sie hervorragend. Hüpf doch gleich Mal rüber [zu diesem Rezept](#). Gebackenen Avocado-Kokos-Bällchen mit [Roter Kirschgrütze](#)

Rezepte, die ebenfalls interessant sein könnten

- [Kirschgrütze](#)
- [Rote Grütze](#)
- [Nicecream-Bowl](#)
- [Leas Lieblingsgranola](#)