

REZEPT-SAMMLUNG

Apfel-Karotten-Getreide Leckerchen

Zutaten:

2 Karotten
1 EL Sonnenblumenkerne
1 EL Walnusskerne
5 getr. Aprikosen
1 Apfel
Milch 1,5% fett
1 EL Distelöl

Zubereitung:

Karotten und Apfel schälen und raspeln. Nun alle Zutaten – bis auf Milch und Öl - zu einem Teig vermengen und durchkneten. Nun Milch und Öl hinzufügen und nochmals durchkneten. Den Teig nun auf ca. 0,5-1cm ausrollen und mit Ausstechern Deiner Wahl Plätzchen ausstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.

Bei ca. 160-180°C Umluft goldbraun backen. Ca. 30 Minuten im ausgeschalteten Backofen nachtrocknen lassen.

Im Baumwollbeutel bzw. in der Blechdose ca. 2 Wochen haltbar.

Arbeitszeit: ca. 15 Min.
Brennwert p. P.: n.n.