

Rezeptvorschlag

Gesunder Pausensnack: Estnische Haferflockenkekse

Deftig und lecker! Quelle: www.chefkoch.de

Diese Kekse sorgen für die Extraportion Energie für anstrengende Schultage.

Zutaten für 20 Kekse:

- 100 g Haferflocken (**siehe Angebot der Woche**)
- 135 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 75 g Käse, gerieben
- 250 ml Milch
- 40 g Butter, zerlassen
- ½ TL Salz

Zubereitung:

Alle Zutaten vermischen und eine halbe Stunde ruhen lassen. Ein Backblech mit Backpapier abdecken und den Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mit einem Esslöffel kleine Häufchen à etwa 25 g auf das Blech setzen. Die Plätzchen ca. 20 Min. auf oberer Schiene goldbraun backen.

Tipp:

Natürlich eignet sich der Snack auch für Erwachsene. Schnell zubereitet und lecker für Sofaabende oder für unterwegs. Wirklich gesund sind die Kekse, wenn Sie qualitativ hochwertiges Mehl verwenden, z. B. das Donath Dinkelmehl Typ 630.