



KUCHENSTANGEN SCHOKO-NUSS

von Katja Kleffner

ZUTATEN

200 g Apfelmark
2 Eier (M)
50 g Süße (gerne mehr)
60 g Dinkelmehl 1050
20 g Backkakao
1 Tüte Backpulver
1 TL Kuchengewürz
(*Zimt, Nelken, Ingwer,
Kardamom*)
Rum-Aroma
20 g Haferkleie
(*od. gemahlene Flocken*)
40 g Haselnuss gemahlen

ZUBEREITUNG

- Alle Zutaten gut miteinander verrühren (nicht pürieren!) und zu einem Rührteig verarbeiten.
- ca. 15 Min. ruhen lassen
- in die gewünschten Backmatten streichen
- und ab in den vorgeheizten Backofen.

BACKZEIT:

bei 175° C / Umluft
ca. 35. Min.
(je nach Motivdicke/größe)

Nach 10 Min. vorsichtig aus der Backmatte lösen und vollständig auskühlen lassen. Sie werden dann noch etwas härter.

Lagerung:

im Kühlschrank

Menge:

1 Stangen-Matte

TIPP

Für die glutenfreie Variante nehmt Ihr einfach Buchweizenmehl, anstatt Dinkelmehl und glutenfreie Haferflocken, anstatt Haferkleie.

Guten Appetit!

