



GEBACKEN 09.2019



KÜSTEN KEKSE

von Katja Kleffner

ZUTATEN

- 100 g Bio-Streichcreme
"Grünkohl-Räuchertofu"
- 100 g Hüttenkäse light
50 g Parmesan
- 20 g Spinat-Pulver (optional)
Pulveralternative:
50 g Spinat frisch od. TK dafür
nur 50 g Hüttenkäse light
- 1 TL Gemüsebrühe (Instantpulver)
- 4 Eier (M)
- 1 EL Öl (hitzebeständig)
Pfeffer, Muskat
- 125 g Kartoffelmehl
- 100 g Dinkelmehl 1050
- 25 g Kürbiskernmehl
(evtl. Wasser bis z. Teigkonsistenz)

Glutenfreie Variante:

Anstatt Kürbiskern- u. Dinkelmehl,
125 g Buchweizenmehl verwenden!

ZUBEREITUNG

- alle Zutaten (außer Mehle) vorbereiten, zerkleinern und miteinander pürieren (Stabmixer).
- Mehle dazu, gut verrühren und zu einem Teig in "Pfannkuchenteig"-Konsistenz verarbeiten.
- Ca. 15 Min. ruhen lassen
- in die gewünschten Backmatten füllen
- und ab in den vorgeheizten Backofen.

BACKZEIT:

bei 150° C / Umluft
Gr. S: ca. 50 Min.

Menge: ca. 3,5 Vollblech-Matten Gr. S

Bei Bedarf nachdörren und dann luftdicht lagern!

TIPP

Als Knaberei eignen sich kleine Keksgrößen am besten!

