



BACKEN

Haferflocken-Quarkbrot ohne Mehl

Zutaten

- 500 g Magerquark
- 3 Eier (Größe M)
- 250 g [SchapfenMühle Haferflocken zart](#)
- 200 g [SchapfenMühle Haferflocken kernig](#)
- 50 g [SchapfenMühle Sonnenblumenkerne](#)
- 20 g [SchapfenMühle Leinsamen ganz](#)
- 21 g Weinsteinbackpulver
- 10 g Salz

Zubereitung

Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Magerquark und die Eier in einer Rührschüssel mit einem Kochlöffel verrühren bis eine homogene Masse entstanden ist.

Haferflocken, Sonnenblumenkerne, Leinsamen ganz, Backpulver und Salz hinzugeben und wieder zu einer homogenen Masse verrühren.

Eine Kastenform mit Backpapier auslegen und den Teig gleichmäßig verteilen. Das Haferflocken-Quarkbrot in den vorgeheizten Backofen schieben und ca. 50 Minuten backen. Danach auf einem Gitter auskühlen lassen.

TIPP: Vor dem Backen mit Kürbiskernen garnieren.

Meine Notizen

Hinweis: Jeder Backofen ist anders. Bitte passen Sie die individuell benötigte Backzeit und Temperatur gegebenenfalls entsprechend an.

Wir wünschen Ihnen viel
Freude bei der Zubereitung!