

Feine Müsli-Kugeln

Gebäck » Kekse

Zutaten (35 Stück)

- » 50g Butter/Margarine
- » 200g Schlagsahne
- » 50ml Milch
- » 100g Zucker
- » 1/2 TL gem. Ingwer
- » 1 Msp. Kardamom
- » 50g Erdnüsse
- » 100g Haferflocken
- » 50g Weizenflocken
- » 50g Rosinen
- » 45g Mehl
- » 50g geh. Mandeln

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Fett in einem Topf schmelzen. Sahne, Milch, 90g Zucker und Gewürze mit dem Fett verrühren. Unter Rühren aufkochen und 3-5min bei schwacher Hitze köcheln.

2. Nüsse grob hacken. Mit Haferflocken, Weizenflocken, Rosinen und Mehl zur Sahnemasse geben, zu einem dicken Brei verrühren. Vom Herd ziehen, zugedeckt ca. 30min quellen lassen.

3. Mit feuchten Händen aus der Masse 30 Kugeln formen. Die Hälfte der Kugeln in gehackten Mandeln wälzen. Kugeln auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im heißen Ofen bei 125°C 35-40min backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestreuen.

Tipp: Statt 100g Zucker können Sie auch 48g Diabetikersüße verwenden.

Nährwerte: 70kcal/E1g/F5g/KH7g pro Stück

angelegt am: 11.04.2005

Rezept-Nr: 1803

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke