



THUNFISCH & KÜRBIS

von Katja Kleffner

ZUTATEN

1 Dose Thunfisch, inkl. Saft (150 g)
200 g Kürbismus (oder Babyglas)
1 EL Öl (flüssig)
230 g Buchweizenmehl
150 g Hafermehl glutenfrei
(od. Flocken gemahlen)
evtl. Wasser ergänzen

ZUBEREITUNG

- Alle Zutaten pürieren (Stabmixer) und zu einem formbaren AUSSTECHTEIG verarbeiten
- ca. 15 Min. quellen lassen
- Teig ca. 5 mm dick ausrollen
- Kekse ausstechen
- und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.

BACKZEIT:

bei 160° C / Umluft
ca. 25 Min

MENGE: ca. 3 Bleche
(bei Bedarf nachdörren)