

Softies



GEBACKEN 11.12.2024

HIRSE SOFTIES BIRNENQUARK

von Katja Kleffner

ZUTATEN

- 150 g Birnenmus (Babyglas)
 - 150 g Magerquark
 - 1 TL Kokosöl (flüssig)
 - 130 g Hirseflocken (gemahlen)
 - evtl. Wasser
- (bis zur Teigkonsistenz Grießbrei)

ZUBEREITUNG

- alle Zutaten (außer Hirse) miteinander verrühren.
- Hirsemehl dazu, gut verrühren und zu einem breiigen Teig verarbeiten. Dicker als der klassische Backmattenteig!
- ca. 10 Min. quellen lassen
- evtl. am Ende etwas Wasser ergänzen
- in die gewünschten Backmatten füllen
- und ab in den vorgeheizten Backofen.

BACKZEIT:

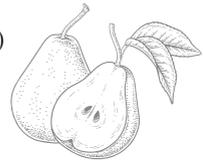
180° C / Umluft (vorheizen)
ca. 25-35 Min
(je nach Größe/Dicke)

Menge:

ca. 2 Vollblech-Matte (Gr. M)

LAGERUNG:

ca. 2-3 Tage im Kühlschrank (luftdicht)
und/oder einfrieren und nach Bedarf
auftauen.



Alternativen:

Hafer, anstatt Hirse und andere geeignete Babygläser (Gemüse od. Obst).

