



SANDDORN KAROTTE MIT BANANE

von Katja Kleffner



ZUTATEN

- 100 g Banane püriert
- 40 ml Sanddornsaft
(100% Muttersaft)
- 110 g Karotte pur (Babyglas)
- 75 g Hirseflocken gemahlen
- 65 g Haferflocken gemahlen
- 1 EL Öl (flüssig)

ZUBEREITUNG

- Alle Zutaten pürieren (Stabmixer) und zu einem formbaren AUSSTECHTEIG verarbeiten,
- evtl. etwas Mehl ergänzen
- 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. 20 - 30 Min

(bei Bedarf nachdörren)

Menge:

ca. 2 Bleche (je nach Keksgröße)

