

Eiweiß Brot

aus dem Zauberkasten



Zutaten:

120 g Kernige Haferflocken
100 g Sonnenblumenkerne
100 g Leinsamen
1 TL Salz
4 Eier Gr. M
500 g Magerquark
1 P. Backpulver
30 g Olivenöl



Zubereitung :

Backofen auf 170 Grad Umluft vorheizen.

Haferflocken zu Mehl mahlen (im TM 5 Sek. /Stufe 10).

Quark, Öl und Eier vermischen, alle weiteren Zutaten dazugeben und gut verrühren.

Zauberkasten einfetten, den Teig einfüllen und alles für 60 Minuten im Backofen backen.

In der Form etwas abkühlen lassen und dann stürzen.

Brot komplett auskühlen lassen.

Am besten im Kühlschrank aufbewahren.

