

Müsli-Taler (vegan)

Küche Backen

Portionen	Vorbereitung	Kochzeit
24 KEKSE	15 MINUTEN	20-25 MINUTEN

Zutaten

- 50 g Aprikosen, getrocknet
- 100 g Cranberrys, getrocknet
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 120 g Haferflocken, zart
- 100 g Hafermehl
- 100 g Kokosflocken
- 100 ml Agavendicksaft
- 20 ml Sesamöl
- 80 ml neutrales Öl (z.B. Rapsöl)

Anleitungen

1. Sonnenblumenkerne in einer heißen Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

2. Aprikosen und Cranberrys in möglichst kleine Stückchen hacken.

3. Backofen auf 160°C anheizen.

4. Alle trockenen Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen.

5. Agavendicksaft, Sesamöl und neutrales Öl hinzugeben und alles zu einer gleichmäßigen Masse verkneten.

6. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen etwa walnussgroße Kugeln formen und diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Zwischen den Kugeln ausreichend Platz lassen (1 Blech = 12 Kekse).

7. Die Kugeln flach drücken, so dass sie noch etwa 4-5 mm dick sind. Geht am besten mit einem Holzspatel, den man zwischendurch immer wieder anfeuchtet.

8. Auf der mittleren Schiene des Ofens ca. 20-25 Minuten backen. Die Kekse sind richtig, sobald der Rand beginnt, braun zu werden.
-

9. Auf einem Kuchengitter ganz abkühlen lassen und in einer verschlossenen Frischhaltedose aufbewahren.

Rezept Hinweise

Rezept als PDF zum Download: [Muesli-Kekse](#)