



Frühstücks-Kekse

Zutaten:

100 g Apfelmus
80 g Haferflocken
50 g gemahlene Mandeln
40 g Salatkerne
40 g Cranberrys (oder andere
Trockenfrüchte)
2 EL Kokosöl
Zimt

Zubereitung:

Cranberrys mit dem Messer grob zerkleinern.
Alle Zutaten miteinander in einer Schüssel mischen, sodass eine formbare Masse entsteht.
Mit dem Esslöffel Portionen entnehmen und auf ein Backblech geben. Leicht platt drücken und mit den Händen in eine runde Form bringen.
Im Backofen bei 180 Grad für ca 15-20 Minuten backen.
Die Kekse werden beim Abkühlen fest.

