

Brötchen aus Haferflocken und Magerquark

1	250 g	Haferflocken	Heizen Sie den Backofen auf 180 °C Oberhitze/Unterhitze vor.
	250 g	Magerquark	
	2 x	Eier	
	1 x	Päckchen Backpulver	
	1 TL	Salz	
	1 EL	Chiasamen	
	1 EL	Leinsamen	
	1 EL	Sonnenblumenkerne	
2			Vermengen Sie nun alle Zutaten in einer großen Schüssel.
3			Formen Sie mit feuchten Händen den Teig zu kleinen Brötchen (diese gehen beim Backen nicht zu sehr auf).
4			Bestreuen Sie die Oberseite mit ein paar zusätzlichen Haferflocken.
5			Legen Sie die Brötchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech.
6			20min Backen Sie die Brötchen für ca. 20–30 Minuten.
