

Leckere Haferflockenkekse mit Cranberries

Brennwerte	1402 kJ 336,3 kcal
Eiweiß	5,7 g
Kohlenhydrate	30,3 g
Fett	20,8 g

Vorbereitung	15 Minuten
Gesamtzeit	30 Minuten



FOOD FACTS

Haferflocken stecken voller wichtiger Ballast- sowie Mineralstoffe, Vitamine und Proteine. Da die Cookies mit Hafer gebacken werden und ohne Mehl auskommen, sind sie vollwertig und glutenfrei.

Diese vollwertigen Energiebooster sind der perfekte Snack für zwischendurch

Endlich wieder Kekse! Diese Haferflockenkekse sind echtes Brain Food, da die süßen Cranberries und die Walnüsse direkte Energielieferanten sind. Die Kombination liefert nicht nur einen gesunden Snack für zwischendurch, sondern auch entspannende Wohlfühlmomente. Egal wie stressig der Alltag auch ist: Die Haferkekse laden zum gemeinsamen Naschen ein. Dazu braucht es gar nicht

viel – [gesünderes Backen](#) ist
supereinfach. Also ran an die
Backutensilien und auf leckere Kekse
freuen!

Leckere Haferflockenkekse mit Cranberries

10 PORTIONEN  simpel

ZUTATEN:

180 g Haferflocken, zart
40 g Haferflocken, kernig
50 g Speisestärke
1 TL Backpulver
1 TL Zimt, gemahlen oder 1 Päckchen Vanillezucker
1 Prise Salz
50 g Kokosblütenzucker
175 g Deli Reform Perfekt zum Backen
50 g Apfelmus
1 Ei (Größe M)
20 g Leinsaat, geschrotet
70 g getrocknete Cranberries
100 g Nussmischung, grob gehackt

1 TEIG ZUBEREITEN

Für die Haferflockenkekse die zarten sowie die kernigen Haferflocken vermengen. Die Speisestärke, das Backpulver, den Zimt, eine Prise Salz und den Kokosblütenzucker zugeben und gut miteinander vermischen. Anschließend Deli Reform Perfekt zum Backen, das Apfelmus sowie das Ei zugeben und zu einem Teig kneten. Zum Schluss die Leinsaat, die getrockneten Cranberries sowie die grob gehackte Nussmischung unterheben und kurz ziehen lassen.

2 TEIG AUF DEM BLECH VERTEILEN

Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen. Aus dem Teig walnussgroße Kugeln (ca. 25-30 g) formen, mit etwas Abstand zueinander auf dem Backblech verteilen und etwas platt drücken.

3 BACKEN

Im vorgeheizten Backofen für etwa 15 Minuten goldgelb backen und anschließend etwas abkühlen lassen.

Direkt genießen oder in einer Dose luftdicht aufbewahren.

4 TIPP

Die Haferflockenkekse können auch vegan zubereitet werden, dazu einfach das Ei weglassen und nach dem Backen vollständig auskühlen lassen.

Durch die weitere Zugabe von Cranberries oder auch Datteln kann man den Zuckergehalt weiter reduzieren.

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
<https://www.deli-reform.de/rezepte>