

„Gesunde Rezepte“

Haferfladenbrot

ZUTATEN (FÜR 4 GLÄSER)

Haferflocken

Wasser

Salz

1 Teelöffel Backpulver



ZUBEREITUNG

Haferflocken mahlen bis zur Konsistenz des Mehls. Backpulver hinzufügen. Das Salz in das Wasser hinzufügen (wie gewünscht). Den Haferbrei langsam mit Salz und Wasser gießen, sehr langsam und gründlich umrühren, bis der Teig aus der Paste besteht. Dann legen Sie sie in eine Backform mit Pergamentpapier. Bei 200° C goldbraun backen.

