

# Riegel

von Sprudel\_

Mengen für 10 Personen

Quelle: Kochen für viele von Judith Gmür

Gewürze: Zimt

2.0 Stück Eier	
75 g Honig	
1.0 Prise Salz	
1.0 Stück Vanilleschote	ausgeschabtes Mark
75 g Haselnüsse	oder Mandeln, gemahlen
75 g Haselnüsse	oder Mandeln, gehackt
75 g Rosinen	
75 g Rosinen	aka Cranberries
75 g Gedörnte Aprikosen	
100 g Haferflocken	
75 g Dinkelmehl	

1. Eier, Honig, Zucker, Salz und Vanillemark rühren, bis die Masse hell ist.
2. Nüsse, Dörrfrüchte, Gewürze, Flocken und Mehl beifügen, gut mischen.
3. Teig auf einem mit Backpapier belegtem Blech zu einem Rechteck von ca. 24x32cm ausstreichen. In der Mitte des auf 180°C vorgeheizten Ofens 15 - 20 Minuten backen.
4. Gebäck herausnehmen, evtl. Ränder geradeschneiden. Gebäck in beliebig grosse Riegel schneiden. Zwischen den Riegeln abstand lassen und das Blech im ausgeschalteten, leicht geöffnetem Ofen auskühlen lassen.