Riegel von Sprudel_

Mengen für 20 Personen

Quelle: Kochen für viele von Judith Gmür

Gewürze: Zimt

4.0 Stück Eier	
150 g Honig	
2.0 Prise Salz	
2.0 Stück Vanilleschote	ausgeschabtes Mark
150 g Haselnüsse	oder Mandeln, gemahlen
150 g Haselnüsse	oder Mandeln, gehackt
150 g Rosinen	
150 g Rosinen	aka Cranberries
150 g Gedörrte Aprikosen	
200 g Haferflocken	
150 g Dinkelmehl	

1. Eier, Honig, Zucker, Salz und Vanillemark rühren, bis die Masse hell ist.

2. Nüsse, Dörrfrüchte, Gewürze, Flocken und Mehl beifpgen, gut mischen.

3. Teig auf einem mit Backpapier belegtem Blech zu einen 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 ausgeschaltenen, leicht geöffnetem Ofen auskühlen lassen.