

Zvieristangen von marta ostertag

Mengen für 10 Personen

400 g Rüebli

400 g Bananen

400 g Mehl Hirsemehl

5 cl Öl Rapsöl

Rüebli und Banane mischen, Hirse und Öl begeben und zu einem Teig kneten.

Teig in ca. 20 Portionen teilen, mit nassen Händen zu ca. 10 cm langen Stangen formen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Backen: ca. 25 Min. in der Mitte des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.