

## Pizzateig

Dieses PDF Rezept wurde von [www.backrezepte24.de](http://www.backrezepte24.de) heruntergeladen

Backen  
Gebäck  
Riegel  
Vollwert

150 g grobe Haferflocken  
1 tb Zimt  
60 g Halbbitterkuvertüre  
100 g Trockenfeigen  
100 g Trockenaprikosen  
100 g Rosinen  
3 tb Honig  
50 g Zucker  
5 tb Wasser  
2 Eiweiß

\* QUELLE

-- schöner essen 10/98

-- erfaßt: Petra Hildebrandt

Haferflocken und Zimt in einer Pfanne trocken rösten. Kuvertüre hacken, Feigen und Aprikosen fein würfeln. Bis auf die Kuvertüre alle trockenen Zutaten mischen.

Honig, Zucker und Wasser zusammen aufkochen, unter die Haferflocken rühren. Kuvertüre zugeben und unterrühren. Danach das Eiweiß unterrühren. Die Masse auf ein (gefettetes) Backblech geben und ein 20 x 20 cm großes Quadrat formen. Im heißen Backofen bei 150 Grad auf der 2. Schiene von unten 30 Minuten backen (Gas 1, Umluft 130 Grad) und auskühlen lassen.

In 10 Stücke schneiden und in Küchenfolie einpacken.