

Zutaten für 30 Stück:

- 500 g Weizenmehl (Type 405)
- 300 g Köln Müsli Karibik
- 1 Würfel Hefe
- 250 ml Köln Smelk® Haferdrink Classic
- 100 g Zucker
- 3 Eier (Gew.-Kl. M)
- 200 g Pflanzenmargarine
- 1 Eigelb
- 2 EL Köln Smelk® Haferdrink Classic



Zubereitung:

Mehl und Köln Müsli in eine Schüssel geben und in der Mitte eine Mulde eindrücken. Hefe in warmen Köln Smelk® auflösen und zusammen mit dem Zucker in die Mehlmulde geben und etwas einrühren. Zugedeckt ca. 15 Minuten ruhen lassen. Eier und weiche Margarine zugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten.

Backofen vorheizen.

Aus dem Teig 30 Schlaufen drehen. Ei mit Köln Smelk® verquirlen, Schleifen damit bestreichen und auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech backen.

Zubereitungszeit: ohne Wartezeit ca. 30 Minuten

Backzeit: ca. 20 Minuten

Ober/Unterhitze: 175 °C

Umluft: 150 °C



Müsli-Schleifen

Nährwerte pro Stück::

5 g Eiweiß, 22 g Kohlenhydrate, 2 g Ballaststoffe, 8 g Fett, 180 kcal, 755 kJ