



## TOPFEN-HIMBEER-HERZEN mit Kokoswasser

Am Bio-Bauernhof hatte ich frischen Topfen (Quark) mitgenommen und wollte ein bisschen mit dem Himbeerfruchtpulver herumspielen. Der Topfen war sehr entwässert und nicht ganz optimal. Mit normalem Topfen ist es etwas einfacher.

Die fruchtig-milchigen TOPFEN-HIMBEER-HERZEN schmecken sehr angenehm und das Kokoswasser gibt eine sommerliche Note.

### ZUTATEN:

- 250g Magertopfen (Quark)
- 1 Eiklar
- 2 EL Himbeerfruchtpulver (oder andere Geschmacksrichtungen)
- 1 EL Öl
- 3 EL Hirsemehl
- Kokoswasser oder Mehl nach Bedarf bis die Konsistenz passt

### ZUBEREITUNG:

- den Backofen auf 130 Grad Ober/Unterhitze vorheizen
- alle Zutaten zu einem glatten Teig pürieren und die Konsistenz mit Wasser so einstellen, dass der Teig in etwa wie ein etwas festerer Palatschinkenteig ist
- den halbflüssigen Teig mit einer Teigkarte oder einer Teigflasche auf der Backmatte verteilen
- ca. 30-40 Minuten lang auf 130 Grad backen – da sich Öfen unterscheiden und auch nicht jeder diese Backmatte hat, bitte immer gut beobachten, da die Backzeit variieren kann
- danach aus der Backmatte auf ein Backblech legen
- bei etwa 60 Grad dann 2 Stunden nachtrocknen lassen, um die Haltbarkeit zu erhöhen oder ein paar Tage in einem Netzbeutel lufttrocknen



Viel Spaß beim Ausprobieren ♥