



Apfelkuchen in Kastenform

Zutaten:

- 400 g weiße Bohnen
- Ca ½ Pkch. Backpulver
- 200 g Skyr
- 50 g Haferflocken
- 3 Eier Gr.M
- 75 ml Milch 1,5% Fett
- 50 g Xucker
- 4 Tropfen Vanille Aroma
- 1 großer Apfel
- etwas Zimt
- evtl. Kokosraspel oder Back-Kakao

Zubereitung:

Weißer Bohnen (Konserven) waschen und abtropfen lassen. Diese zerkleinern und mit den Eiern, Milch, Skyr, Xucker, Haferflocken, Zimt, Backpulver und Vanilletropfen verrühren.

Backen auf Ober/Unterhitze bei 180°C (vorheizen) 55-60 Minuten

Je nach Wunsch mit Kokosraspel oder Backkakao (Schokomops) verzieren