

☆☆ Bonvita ☆☆ Weihnachtsbäckerei

Spekulatius-Schnitten

ab 1. Diätwoche

Für 5 Portionen:

200 g Bonvita Schoko-Müsli
1 Btl. Bonvita Schoko-Milch-Shake
Spekulatiusgewürz
100 ml entrahmte Milch (0,3% F.)
Mineralwasser



Zubereitung:

Müsli sehr fein mahlen, mit Schoko-Milch-Shake, Spekulatiusgewürz und Milch mischen. Mineralwasser zugeben bis der Teig schwer vom Löffel fällt. Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen und ca. 15-20 Min. bei 170 °C backen. Noch warm Rauten schneiden.

Pro Portion:

198 kcal 5,2 g Fett 1,9 BE

