

Fruchtige - Riegel

Kategorien: Plätzchen, Vollwertküche

Zutaten für: 13 Portionen

		Je 100g getrocknete Pfirsiche und Aprikosen
100	Gramm	Gemahlene und
50	Gramm	Gehackte Haselnüsse
4	Essl.	Blütenhonig
1		Zitrone; den Saft
		Vollkornoblaten

Anleitung:

Trockenfrüchte mit Honig, gemahlene Nüssen und Saft zu einer gleichmäßigen Masse vermischen. Die gehackten Nüsse unterrühren. Je eine Oblate mit der Masse bestreichen und mit einer abdecken. Riegel eventuell einzeln in Pergamentpapier verpacken.