

## Sarrys Haferkekse Diab.

Kategorien: Plätzchen, Vollwert, Diabetiker

Zutaten für: 1 Rezept

*MIT HAFERFLOCKEN, REIS- UND MAISMEHL*

---

100	Gramm	Haferflocken, Feinblatt
110	Gramm	Margarine
50	Gramm	Maismehl
30	Gramm	Reismehl
35	Gramm	Maisstärke
50	Gramm	Xylit (Zuckerersatz), alternativ auch normaler -- Zucker

### Anleitung:

Zuerst wird die weiche Margarine mit dem Zucker oder Zucker aufgeschlagen. Anschließend werden Maismehl, Reismehl und Maisstärke eingearbeitet. Zuletzt kommen die Haferflocken dazu.

Mit den Händen kleine Kugeln formen, platt drücken und auf einem Backblech gleichmäßig verteilen.

Der Teig reicht für etwa 20 Kekse. Wer diese Kekse so groß wie Cookies haben möchte, nimmt einfach die doppelte Menge pro Keks.

Die Kekse benötigen ca. 20 - 25 Minuten bei 180 Grad Ober- und Unterhitze.