Milchschnitte selber machen

Zutaten für 10 Stück

Für den Teig

- 200 g Dinkelmehl
- 125 g Dattelzucker (Kauftipp*)
- 4 EL Kakaopulver
- 2 TL Backpulver
- 250 ml Milch (pflanzliche Alternative möglich)
- 2 Eier
- 1 EL Kokosöl

Für die Creme

- 400 ml Sahne
- 2 Päckchen Sahnesteif
- 1 EL Honig
- ½ Vanilleschote (das Mark davon)
- 125 g Frischkäse (natur)

Arbeitszeit:	ca. 15 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 12 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 27 Minuten
Ruhezeit:	3 Stunden

Gesunde Milchschnitte selber machen - so geht's:

1. Heize den Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vor.
2. Rühre die Milch mit den Eiern und der Dattelzucker schaumig.
3. Mische das Dinkelmehl mit dem Kakaopulver und dem Backpulver in einer Schüssel und verrühre sie mit der Eiermilch. Rühre zum Schluss das Kokosöl unter.
4. Belege ein Blech mit Backpapier und verteile den Teig gleichmäßig darauf. Backe den Boden für 12 Minuten. Lass ihn anschließend gut abkühlen.
5. Verrühre den Frischkäse mit dem Honig. Schlage die Sahne mit dem Sahnefest und

dem Vanillemark steif. Hebe sie unter die Frischkäsemischung.
6. Teile den Kuchenteig in 2 gleichgroße Hälften. Streiche die Creme auf eine der beiden Hälften und lege die andere vorsichtig darauf.
7. Stelle die große Milchschnitte für mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank.
8. Schneide sie anschließend in 10 Teile oder serviere sie als ”Riesen-Milchschnitte”.

Die selbstgemachte Milchschnitte kannst du sehr gut einfrieren. Soll sie mit als Pausensnack, dann nimm sie einfach morgens aus der Kühltruhe und lege sie zum Auftauen in die Lunchbox. Wir nehmen sie auch sehr gern mit zum Picknick oder an den See. Dann am besten in einer Kühltasche.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.