

Kürbis Cookies



stillfreundlich

kleinkindtauglich

Kürbis Cookies - gesunde Kekse mit Haferflocken

Kürbis-Cookies mit Haferflocken sind gesunde Kekse mit einer Extraportion Vitamine. Sie enthalten nur wenig Zucker und zusätzlich Trockenfrüchte mit vielen wertvolle Mineralstoffen und Vitaminen.

Wenn du sie ohne Zucker bäckst, eignen sie sich wunderbar für als Snack für dein Baby. In Schwangerschaft und [Stillzeit](#) versorgen sie dich schnell mit Energie und auch in der [Brotdose für Schule und Kindergarten](#) sind sie sehr beliebt.

Zutaten für 2 Bleche Cookies:

- 250 g Kürbis in Stücken
- 250 g Mehl (ich empfehle Dinkel)
- 100 g Haferflocken
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 1 Prise Salz
- 100 g Rohrzucker (beim Backen für das Baby weglassen)
- 150 g Rosinen oder andere klein gewürfelte Trockenfrüchte
- 125 g Butter

Arbeitszeit: ca. 20 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 30 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 50 Minuten

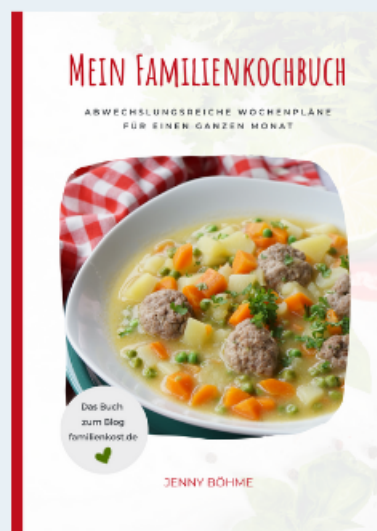
So bereitest du die Kürbis-Cookies zu:

1. Wasche den Kürbis, entferne das Kerngehäuse und schneide ihn in kleine Stücke, die du dann in einen Kochtopf gibst.
2. Bedecke den Kürbis schwach mit Wasser und lass ihn bei geschlossenem Deckel etwa 15 Minuten köcheln.
3. Gieß den Kürbis ab und püriere ihn zu einem feinen Brei.
4. Nun mischst du die anderen Zutaten unter und rührst alles kräftig um.
5. Heize den Backofen auf 175°C Ober- und Unterhitze vor.
6. Belege ein Blech mit Backpapier und setze mit Hilfe eines Teelöffels kleine Häufchen nebeneinander. Je kleiner du die Häufchen machst, desto knuspriger werden deine Cookies.
7. Deine Kürbisekse backen nun im vorgeheizten Ofen auf mittlerer Schiene für etwa 15 Minuten.

Unsere Empfehlung für Dich:

MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>

Die Kürbis Cookies kannst du auch wunderbar nach eigenen Belieben und Gutdünken

variieren. Hier zeige ich dir einige leckere Kombinationen:

- Ersetze die Haferflocken zur Hälfte durch Kokosraspel. Perfekt dazu sind dann noch kleingeschnittene getrocknete Ananas im Teig.
- Füge dem Teig kleingeschnittene Chilli-Schoten zu, dann gibt es die Kekse aber bitte nur für Erwachsene.
- Mische etwas kleingeraspelten Ingwer unter den Teig.
- Für Schleckermäulchen kannst du auch ein paar Schokodrops untermischen.