

Ist die Feiertagszeit bei dir auch Baguette-Zeit?
 Baguette für Häppchen, Baguette zum Fondue, Baguette zum Raclette...
 Lecker ist es ja, aber so richtig gut tut mir zu viel Weißbrot nicht und satt macht es mich auch nicht..
 Für dieses Jahr habe ich eine Alternative und vielleicht ist das auch was für dich?

Eiweiß-Baguette

Zutaten:

350 g Dinkelmehl
 380 g Skyr
 10 g Backpulver
 1 TL Salz
 etwas Olivenöl zum Bestreichen
 Mehl zum Bestäuben



Die Teigzutaten verkneten, zu einem Baguette formen, mit Olivenöl einpinseln, mit Mehl bestäuben und einschneiden.

Bei 190 Grad Umluft für 25-35 Minuten backen. (jeder Herd ist anders, schau schon mal nach 22 min).



Abkühlen lassen vor dem Anschneiden.
 Außen knusprig, innen schön soft und prima Nährwerte, denn Skyr hat kaum Fett und viel Eiweiß.

Varianten: Röstzwiebeln,
 Schinkenwürfelchen, Feta, getrocknete Tomaten, Oliven, Käse..unterkneten

In den Rest Skyr (sind ja meist 500g-Becher) rührst du 1 TL Honig, toppst es mit deinem Lieblingsweihnachtsplätzchen, Apfelschnitz dazu und schon hast du ein leckeres Mini.



Fröhliches Genießen und gesegnete Feiertage von Marion Hassler & dem ganzen Team von www.marion-hassler.de

lebe leichter®