

## Müslistangen (4 Stück)

225 g	Weizenvollkornmehl	mit
20 g	Hefe	
1 Prise	Salz	
150 ml	Buttermilch (ev. Joghurt)	Hefeteig mit Vorteig herstellen, ca 15 Min. verschlossen an warmer Stelle gehen lassen.
50 g	Backpflaumen	
50 g	Trockenaprikosen	
10 g	Haselnüsse	fein hacken, in den Teig einarbeiten, 4 gleichgrosse Stangen rollen, mit
40 ml	Milch	bepinseln, mit
20 g	Sonnenblumenkernen	bestreuen und
		Bei 170° C ca 20 Minuten backen.

Luisa Simonis, Steffisburg

