

Müsli Stangen

Zutaten für 10 Stück:

150 ml Vollmilch
100 g Butter
325 g Weizenmehl (Type 405)
1 Pck. Trockenhefe
235 g Kölln Müsli Früchte ohne Zuckerzusatz
1 TL Salz
2 EL Zucker
1 Ei (Gew.-Kl. M)

Außerdem:

1 Eigelb (Gew.-Kl. M)
1 EL Vollmilch
50 g Kölln Müsli Früchte ohne Zuckerzusatz
50 g Echte Kölln Kernige

Zubereitung:

Milch in einem Topf erwärmen und Butter darin zerlassen. Mehl mit Trockenhefe mischen, die übrigen Zutaten sowie die warme Milch hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.

Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 50 Minuten gehen lassen, bis er sich deutlich vergrößert hat. Teig erneut durchkneten und 10 Müslistangen ausformen.

Backofen vorheizen.

Die Müslistangen mit der mit dem Eigelb verquirlten Milch bestreichen und in einer Mischung aus Müsli und Flocken wälzen und leicht andrücken. Anschließend auf einem mit Backpapier belegten Blech erneut ca. 25 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, anschließend backen.

Ober-/Unterhitze: 200°C

Umluft: 170°C

Backzeit: ca. 25 Minuten

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten (ohne Wartezeit)

Nährwerte pro Portion:

9 g Eiweiß, 49 g Kohlenhydrate, 5 g Ballaststoffe, 13 g Fett,
359 kcal / 1.507 kJ