

# Quarktaler

Zubereitungszeit: 20 Minuten  
Grundmenge: 12 Mini-Brötchen  
Mengenplanung: 3 Brötchen/Person

## Zutaten:

- 250 g Haferflocken, zarte
- 250 g Magerquark
- 2 Eier
- 20 g Leinsamenschrot
- 20 g Sonnenblumenkerne
- Salz

## Zubereitung:

1. Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen
2. Alle Zutaten in einer Schüssel gut mischen und mit Salz abschmecken
3. Aus dem Teig kleine Kugeln in der gewünschten Anzahl formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Mit der Hand etwas plattdrücken
4. Mini-Brötchen im Ofen 15 Minuten backen



Die Taler passen prima als Salat- oder Suppenbeilage.