

**Zutaten***Mürbteig:*

- 230 g Dinkel-Vollkornmehl
- 60 ml Wasser
- 60 g Butter
- 40 g Honig
- 1 Prise Salz
- nach Geschmack Zimt, Ingwer, Vanille, Muskat

Füllung:

- 60 g Amaranth oder Quinoa
- 1/4 Liter Wasser
- 60 g Haferflocken
- 120 ml Wasser
- 60 g Honig
- 140 g Johannis- oder Himbeermarmelade
- 80 g Rosinen
- 120 g gehobelte oder geraspelte Haselnüsse

Inka-Schnitten

Den Mürbteig rasch zusammenarbeiten und in einer Obstkuchenform mit 28 cm Durchmesser oder auf dem Backblech ausrollen, die Ränder 2 cm hochdrücken.

Für die Füllung die Rosinen über Nacht einweichen und die Haselnüsse kurz rösten.

Amaranth oder Quinoa zuerst mit 1/4 Liter Wasser knapp 20 Minuten wie Reis kochen, dann Haferflocken, Wasser und Honig dazu geben und mit der Marmelade und den eingeweichten Rosinen vermischen. Zum Schluß die gerösteten Haselnüsse darunter geben.

Diese Masse auf dem Mürbteigboden glattstreichen. 18 bis 20 Minuten bei 180° C bis 200° C backen und schneiden. Kühl aufbewahrt bleibt das Inka-Gebäck 3 Wochen lang saftig.

Tipp:

Wertvoll als Pausenbrot für Ihre Familie!

URKORNHOF Familie Kammerleithner
Landwirtschaftliche Urprodukte
Point 11, A-4655 Vorchdorf im Almtal
Telefon +43(0)7614-6636, Fax DW 14
office@urkornhof.at, www.urkornhof.at

