

Glutenfreier Quarkstollen

Zutaten für 2 Quarkstollen:

- 300 g Haferflocken
- 150 g Mandelmehl
- 300 g Quark
- 2 Bio-Eier
- 50 ml Mandelöl
- 50 ml Rapsöl
- 100 ml Ahornsirup
- 1 Bio-Zitrone
- Salz
- 1 TL Zimt
- Muskat
- 1 TL Spekulatiusgewürz
- 100 g getrocknete Aprikosen
- 100 g getrocknete Feigen
- 40 g Haselnüsse
- 40 g Cashewkerne
- 3-4 Tropfen Bittermandelöl
- 3-4 EL Hafermilch
- Pflanzenöl
- Butter
- Mandelgrieß
- Puderzucker

Haferflocken (möglichst als "glutenfrei" gekennzeichnet) in eine Küchenmaschine geben und zu einem groben Mehl verarbeiten. Trockenfrüchte (ungeschwefelt) in kleine Würfel schneiden, Haselnüsse und Cashewkerne hacken. Zitrone waschen und die Schale abreiben.

Quark in eine große Schüssel füllen und mit den Eiern verrühren. Mandelöl, Rapsöl und Ahornsirup dazugeben. Zimt, Spekulatiusgewürz, 1 Prise Muskat, Zitronenabrieb, Bittermandelöl und 1 Prise Salz unterrühren. Die Masse mit dem Haferflockenmehl und mit Mandelmehl zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Dabei die Hafermilch und die gehackten Nüsse und Trockenfrüchte hinzufügen. Den Teig etwa 1 Stunde ruhen und etwas quellen lassen. Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Backpapier auf einem Backblech auslegen. Hände befeuchten, den Teig zu Stollen formen und auf das Backblech legen. 40 Minuten im Ofen backen. Die Stollen nach dem Backen etwas auskühlen lassen. Mit etwas Pflanzenöl bestreichen und mit Mandelgrieß bestreuen. Alternativ mit Butter bestreichen und mit Puderzucker bestreuen.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 18.12.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen