

Grundrezept

200g Geschmack nach Wahl (z.B. Fleisch, Fisch, Wurst, Käse, Obst, Gemüse, Babyglas)

200g Kartoffelmehl

3 Eier

1 EL Kokosöl

evtl. Wasser, bis die Konsistenz etwa Pfannkuchenteig entspricht

150°C Umluft ca 30min

BÄM - Rezept

200g Hüttenkäse

3 Eier

1 Prise Salz

1 TL Öl

150 g Kartoffelmehl (Becher vom Käse)

180°C Umluft ca 25min, dann nachtrocknen

Käsekekse

160g Parmesan

3 - 4 Eier

160°C Umluft 20 - 35 min

Stangen

7 Eier (mit Schale)

ca 200 g Kartoffelmehl,

1x Teelöffel Kurkuma,

500gr. Kernige Haferflocken

2 Becher Frischkäse.

Alles in den Mixer

Kurz stehen lassen, dann ist der Teig Zement ähnlich.

Bei 180 grad Umluft ca 50min.

Das Ergebnis lässt sich sehen - die sind Steinhart!!!

