

Kochen**Melina Ebert****Montag, 06.11.2023****Mohnstrudel aus Hafermehl****Zutaten****Für die Mohnmasse:**

250 g Trockenfeigen
200 g Mohn, gemahlen
8 getrocknete Aprikosen, ungeschwefelt
1 TL Zimt

Für den Teig:

4 reife Bananen
350 g Hafermehl (gemahlene Haferflocken)
2 EL Leinmehl (gemahlene oder geschrotete Leinsamen)
0,5 Pck. Backpulver

Zubereitung

1. **Für die Mohnmasse** Feigen über Nacht in Wasser einweichen. Das Einweichwasser abschütten und aufbewahren, dann die Früchte pürieren. Mit Zimt und Mohn mischen.
2. Die getrockneten Aprikosen in kleine Würfel schneiden und ebenfalls unterheben. Falls die Masse zu trocken erscheint, etwas Einweichwasser unterrühren.
3. **Für den Teig** 4 Bananen pürieren und mit Hafermehl, Leinmehl und Backpulver zu einem Teig verarbeiten. Den Teig 1 Stunde ruhen lassen. Nach 1 Stunde den Teig zu einem Knetteig kneten. Sollte er zu sehr kleben, etwas Hafermehl zufügen. Falls er zu fest ist, etwas Haferdrink/Milch zufügen.
4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 1 cm dick ausrollen und mit der Mohnmasse bestreichen.
5. Dann an der längeren Seite aufrollen und den Strudel auf ein Backblech setzen. Bei 170°C auf mittlerer Schiene 30 Minuten backen.