



TEEBRÖTCHEN (getreide- und hefefrei)

Für ca. 12 Brötchen:

Für die Teebrötchen:

140 g Buchweizenmehl
80 g gemahlene Mandeln
1,5 EL gemahlene Chiasamen
3 TL Weinstein-Backpulver
80 g Kokosöl, geschmolzen
140 g ungesüßtes Apfelmus
1/2 TL Salz
2 TL Zimt
60 g Rosinen
2 TL gehackte Mandeln

Für die Erdbeer-Chiamarmelade:

250 g Erdbeeren, Strunk entfernt
und klein gewürfelt
1–2 EL Ahornsirup, Grad A
1 EL gemahlene weiße Chiasamen
1 EL frisch gepresster Zitronensaft

Für die Vanille-Kokos-Creme:

60 g natives Kokosöl, streichfähig
bei Zimmertemperatur
30 g weißes Mandelmus
1/4 TL Bourbon Vanillepulver

Zeitaufwand:

ca. 40 Minuten

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Alle Zutaten für die Teebrötchen, außer den gehackten Mandeln, in einer Schüssel glatt verrühren. 5 Minuten ruhen lassen. Teig-Portionen in der Größe eines gehäuften Esslöffels entnehmen und mit leicht befeuchteten Händen zu Kugeln formen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit gehackten Mandeln bestreuen und ca. 16–20 Minuten auf der mittleren Schiene backen. Die Brötchen sollten außen schön gebräunt sein, auf Druck jedoch nachgeben.

Für die Erdbeermarmelade klein gewürfelte Erdbeeren und Ahornsirup in einem Topf erhitzen. Gemahlene Chiasamen und Zitronensaft hinzufügen und ca. 10 Minuten unter Rühren leise köcheln lassen. In ein Schraubglas füllen und abkühlen lassen.

Für die Vanille-Kokos-Creme alle Zutaten glatt vermischen. Kühl aufbewahren.

Die Teebrötchen mit Marmelade und Vanille-Kokos-Creme servieren.

WELLCUISINE TIPP: Die Brötchen schmecken am nächsten Tag am besten getoastet. Sie lassen sich auch gut einfrieren und dann kurz aufbacken. Die Erdbeer-Chiamarmelade sollte innerhalb von 7 bis 10 Tagen verbraucht werden, da sie durch den geringen Zuckeranteil nicht länger haltbar ist.