

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

<http://www.gesunde-rezepte.de>

Mandelkonfekt

300 g Zartbitter-Kuvertüre	schmelzen,
125 g Rum-Rosinen, gut abgetropft hinzufügen	und
100 g Mandelstifte	nacheinander unterrühren.
20 g Cornflakes	

Alufolie

Ein Brett mit
bespannen. Mit 2 Teelöffeln
pralinengroße Portionen aus
der Masser formen.

Auf dem Brett über Nacht im
Kühlschrank fest werden

lassen.