

 Barbara Olze · 21. Okt. 2021



Mbata-Kekse

Ihr Name verrät es ja bereits: Süßkartoffel eignet sich bestens als Grundlage für ein Dessert! Nahrhaft, herrlich duftend und schnell zubereitet sind diese Plätzchen aus der orangen Knolle.



Zutaten

- 1 Tasse Süßkartoffel-Püree
- 4 EL vegane Butter
- 1 ½ Tassen Mehl (Dinkel oder Weizen)
- ¼ Tasse Pflanzenmilch
- ½ Tasse Rohrzucker
- 1 Päckchen Ei-Ersatz (als Ersatz für 1 Ei)
- 2 TL Backpulver
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Salz

So geht's

1. Süßkartoffel schälen, grob zerteilen und garen, bis sie sehr weich ist (ca. 20 Minuten).
2. Wasser abgießen und Kartoffel stampfen, bis ein glattes Püree entsteht.
3. Butter zum Schmelzen bringen.
4. Alle Zutaten in einer weiten Schüssel zu einem feuchten Teig vermengen.
5. Mit einem Löffel Kleckse des Teigs in gewünschter Größe auf einem Blech mit Backpapier platzieren.
6. Kekse bei 180 Grad Ober- Unterhitze für ca. 25 Minuten backen.
7. Etwas Rohrzucker über die heißen Plätzchen streuen.

Tipp: Wer mag, kann noch Rosinen zum Teig geben.

So geht Dessert also auf Ostafrikanisch!
Wir sind begeistert, die Kolleg*innen waren es auch. :)