



Hundeleckerlis selber machen
wissen, was drin ist!

KAROTTEN-LOOPS

mit Gänseblümchen



© ❤️ Merlins magisches Zauberwald-Backbuch ❤️

ZUTATEN

- 250 ml Bio-Karottensaft
 - 2 EL Chia-Samen
 - 400 ml Kokosmilch cremig
 - 450 g Kartoffelmehl
 - 1 Handvoll Gänseblümchen (ungeeispritzt)
 - 50 g Reismehl
 - 1 TL Kokosöl

(ergibt 3 Vollblechmatten)



 ca. 30 Min



 Umluft

 150°C, vorheizer

ca. 4 Std. / 70°

ZUBEREITUNG

1. Chia-Samen ca. 15 Min. im Karottensaft quellen lassen.
 2. Kokosmilch und Kokosöl verrühren, Kartoffel- und Reismehl zugeben, das Ganze zu einem sämigen Teig pürieren.
 3. Gänseblümchen unterrühren und ggf. erneut pürieren.
 4. Gequollenen Chia-Samen unterheben.
 5. Den Teig 5-10 Min. ruhen lassen und im Anschluss gleichmäßig in die Mulden einer Backmatte füllen.
 6. Die befüllte Backmatte für ca. 30 Min. bei 150°C (Umluft) im vorgeheizten Backofen backen.
 7. Leckerlis in den Dörrautomaten füllen und ca. 4 Std. bei 70°C trocknen. So werden sie richtig schön knusprig und sind mehrere Wochen haltbar.
 8. Temperatur und Backzeit können je nach Backofen und Backmattenart variieren.



MERLINS TIPP

Bellis perennis, das Gänseblümchen, ist eins meiner Lieblingsblümchen. Kaum strecken die ersten Blümchen ihre Köpfe aus dem Schnee, da werden sie auch schon zu Leckerlis verarbeitet. Denn Gänseblümchen sind nicht nur schön anzuschauen, sondern auch sehr wertvoll für die Gesundheit. Chia gilt vor allem aufgrund des hohen Gehalts an wichtigen Omega-3-Fettsäuren als Superfood. Auch enthält Chia zellschützende Antioxidantien wie Phenolsäure. Chia-Samen sind glutenfrei und enthalten viel Kalzium, Eisen und Magnesium. Aber Chia hat auch Schattenseiten ... bitte unbedingt die Hinweise im Kapitel „Tipps & Tricks rund ums

Achte stets darauf, dass alle verwendeten Zutaten hundegerecht und gut verträglich sind!