

## Cornflakes-Kekse

Zutaten	Zubereitung
125 g MCT-Margarine 80 g Zucker 1 Ei 150 g Mehl 1 TL Backpulver 200 g Cornflakes 120 g Rosinen	MCT-Margarine und Zucker schaumig rühren, Ei dazu, gut verrühren, Mehl und Backpulver drüber sieben und unterrühren, Cornflakes zerkleinern , dazu geben, Rosinen dazu 10 min 180 Grad (Umluft 150 Grad)
<b>Ggf. ein Foto</b>	

*Errechne wenn möglich die Nährwertangaben mit Hilfe deiner Diätberaterin*

Nährwertangaben (nach den Mengen im Rezept)						
	Fett	LCT	MCT	Essentielle Fettsäuren	Kohlenhydrate	Proteine
<b>Zutat 1</b>						
<b>Zutat 2</b>						
<b>etc.</b>						