

# Sfouf

## ZUTATEN FÜR 1 BACKOFENFORM

2 Tassen Weichweizen (glutenfreie  
Variante: Maisgrieß)

2 Tassen Mehl (oder glutenfreies  
Mehl)

2 Tassen Milch

1,5 EL Sonnentor Kurkuma Latte  
Vanille

3 TL Backpulver

1,5 Tassen Zucker

1 Tasse Wasser

1 Tasse neutrales Öl  
(Sonnenblumenöl)

1 Ei

Sesampaste/Tahin oder Öl

einige Pinienkerne

## ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze (180°C Umluft) vorheizen.
2. Grieß, Mehl, Milch, Kurkuma und Backpulver vermengen.
3. Zucker im Wasser auflösen, mit Öl vermischen und diese Mischung mit dem Ei zu den trockenen Zutaten geben und alles gut zu einem Teig verrühren.
4. Eine rechteckige Backform mit Sesampaste oder Öl bestreichen, Teig in die Form geben und mit Pinienkernen verzieren.
5. Grießkuchen in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 30 Minuten goldgelb backen. Abkühlen lassen und in Quadrate schneiden.

Als Tasse eine herkömmliche Kaffeetasse verwenden



Scan me!

