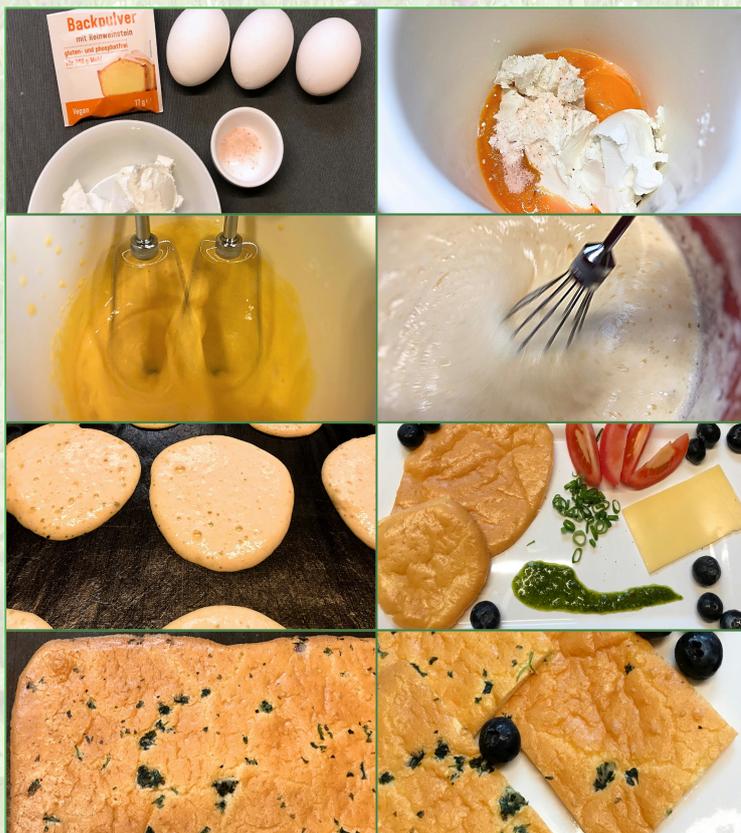


# Wolkenbrot

Ein sehr weiches mildes Brot aus einem lockeren Teig, eine Beilage zur Suppe oder eine eigene Mahlzeit mit weiteren Zutaten (wie z.B. Käse, Beeren oder ein Gemüse-Püree).

Zutaten für 6 Fladen:

- 3 Eier
- 1/2 TL Backpulver
- 100 g Frischkäse
- 1 Prise Salz



Zubereitung:

Backofen vorheizen:

Ober- und Unterhitze 150 °C

Eier trennen und das Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen.

Eigelb mit Backpulver und Frischkäse zu einer sämigen Masse verrühren.

Diese Masse dann vorsichtig unter den Eischnee heben und gleichmässig verrühren.

Fladen auf dem Backblech verteilen ( je 1 EL), Die Masse läuft breit, es ist günstig, Backpapier zu verwenden.

Variante: die gesamte Masse über das gesamte Backblech verteilen, je nach Gusto mit Kräutern bestreuen und nach dem Backen erkalten lassen und in mund- gerechte Stücke schneiden.

**Conni Wiese**

Heilpraktikerin, Homöopathin und zert. Reflexzonentherapeutin

Naturheilkunst Sendling, Waldfriedhofstraße 60, 81377 München

praxis@conni-wiese.de

0151 291 39 557

www.conn-wiese.com

