

Früchte-Sticks

[Kuchen & Gebäck](#)[Kekse](#)[Vegetarisch](#)[Weihnachten](#)[Winter](#)

ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: 

Datteln mit Cashewkernen, Ingwer und Cranberrys hacken. Von den Mandeln ca. 1 EL zum Bestreuen zur Seite geben. Die übrigen Mandeln untermischen. Mehl mit Backpulver vermischen und in eine Rührschüssel sieben. Zucker, Salz, Öl und Sojadrink dazugeben und mit dem Handmixer (Rührstäbe) zu einer glatten Masse verrühren. Die Früchtemischung kurz unterrühren. Die Masse in 2 Streifen (ca. 4 cm breit) längs nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Mit den zur Seite gegebenen Mandelblättchen bestreuen. Das Blech in die Mitte des vorgeheizten Rohres (160 °C Umluft, 180 °C Ober-/Unterhitze) schieben und ca. 25 Minuten backen. Die Streifen schräg in ca. 1,5 cm breite Stücke schneiden und erkalten lassen.

Tipp: Die Sticks vor dem Backen zusätzlich mit etwas Rohrzucker bestreuen. In einer gut schließenden Dose sind die Früchte-Sticks ca. 3 Wochen haltbar

ZUTATEN

50 g getrocknete, geschälte Datteln ohne Stein

50 g ungesalzene Cashewkerne

40 g kandierter Ingwer

50 g getrocknete Cranberrys

50 g Mandelblättchen

175 g glattes Mehl

3 KL Dr. Oetker Backpulver

100 g Rohrzucker

1 Pr. Salz

6 EL Speiseöl

1/8 l Sojadrink ungesüßt