

"Verhunzte" Keulchen



Zeitbedarf insgesamt etwa 60 Minuten

Zutaten:

6 Portionen

- 400 g mehlig Kartoffeln
- 250 g Ricotta
- 80 g **Xucker** (Xylit)
- 100 g Kokosmehl
- 50 g Dinkel-Vollkornmehl
- 1 Ei
- 1/2 Vanilleschote
- ein Hauch Zimt
- Butter zum Ausbacken
-
- 250 ml Kirschsaff
- 1 Schuss Sherry (für Kinder weglassen)
- 2 TL Speisestärke
-
- Kirschen - Menge nach Wunsch
- Aprikosen oder anderes Obst
- Kokos-Chips

Zubereitung:

Kartoffeln schälen, in kleine Stücke schneiden und in Salzwasser garen. Abgießen und 10-15 Minuten auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit Speisestärke im Kirschsaff anrühren und erhitzen, einen Schuss Sherry angießen, ggf. nach Wunsch zusätzlich würzen.

Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel pressen.

Vanilleschote auskratzen und Vanille mit Ricotta, Xucker, den Mehlen, dem Ei und einer Spur Zimt dazugeben und alles gut verkneten. Mit den Händen oder in der Küchenmaschine.

Den Teig in 12 gleichgroße Kugeln teilen, flach drücken und in der Butter ausbacken. Mit Kirschsaff und Früchten servieren und mit Kokos-Chips dekorieren.

Guten Appetit! 😊