

## Low-Carb-Brot

### Zutaten:

125 g Topfen (Quark)  
50 g weiche Butter  
3 Eier  
1 TL Natron  
1 TL Salz  
100 g Sesam  
50 g gehackte Kürbiskerne  
200 g gemahlene Mandeln  
100 g Sonnenblumenkerne  
50 g Leinsamen  
50 g Haferflocken

### Zubereitung:

Alle Zutaten vermengen, sodass eine kompakte Masse entsteht.  
Kastenform mit Backpapier auslegen und die Masse einfüllen.  
Glatt streichen und mit Wasser besprühen.

Heißluft, 175° C, 1 Std. backen.

