

Equestrian Events, Bahnhofstraße 19a, 85737 Ismaning

## **Pferderleckerlis zum Nachmachen!!!**

### **Rote Beete Rollis**

250g Haferflocken  
ca. 30g Sonnenblumenkerne  
1-2 Knollen Rote Beete  
heisses Wasser

evtl. Einmalhandschuhe & alte Schüssel wg. Rotfärbung

### **Zubereitung:**

Die Knollen raspeln, restliche Zutaten beifügen und mit dem Wasser nach und nach zu einem schönen, geschmeidigen Teig vermengen. Forme fest zusammengepresste kleine Kugeln. Bei 150 Grad ca. eine knappe Stunde auf Backpapier backen. Gut auskühlen lassen!

### **Kurzinfo:**

Sonnenblumenkerne enthalten viele Mineralstoffe, Vitamine und ungesättigten Fettsäuren, Ein Allrounder, der in Kombi mit Roter Beete (hoher Eisengehalt und Folsäure) Deinem Pferd einen Gesundheitskick gibt. Pferdeleckerlis selber machen, macht also durchaus Sinn.

### **Hafercookies mit Birkenblättern**

150g Haferflocken  
3 große Möhren  
30g getrocknete Birkenblätter ( kann man auch selbst sammeln und trocknen )  
2 EL Leinöl ( alternativ Sonnenblumenöl )

### **Zubereitung:**

Feinblättrige Haferflocken, wasche die Möhren, ggfls. schälen und reibe sie mit einer feinen Reibe in eine Schüssel. Nun mische alle Zutaten zu einem nicht klebrigen Teig. D.h. wenn der Teig noch zu bröckelig ist, noch geriebene Möhre dazugeben. Zu einem zu nassen Teig noch Haferflocken dazu geben. Wenn der Teig die richtige Konsistenz hat, dann 15 min ruhen lassen.

Dann kleine Kugeln formen und aufs Backpapier legen, diese dann mit einer Gabel flach drücken. Dann entstehen schöne Taler.

Jetzt bei 180 Grad ½ h backen und danach 1h bei 80 Grad im Ofen lassen, damit die Leckerlis richtig trocken sind. Darauf sollte geachtet werden.

### **Kurzinfo:**

Die Kombination von Möhren, Leinöl und Birkenblättern ist toll. Das Öl hilft die Vitamine der Karotten zu lösen und Birkenblätter sind entzündungshemmend, entgiftend und zum Teil sogar schleimlösend. Sehr interessant für Arthrose- und Asthmakandidaten.