



## Kaasstengels

voor 30 traktaties / 75 kcal per stuk

- 1 pak volkoren broodmix
- 1 ei
- 2 eetlepels halfvolle melk of verrijkte sojadrink
- 150 gram geraspte oude kaas 30+
  
- Handmixer of keukenmachine
- Deegroller
- Keukenkwastje
- Bakpapier
- Bakplaat
- 30 servetten

1. Bereid de broodmix met een handmixer of in een keukenmachine volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Rol het deeg uit tot een rechthoek van 30-60 cm lang en 10 cm breed.
3. Roer het ei met de melk los en bestrijk er het deeg mee met het keukenkwastje.
4. Strooi de kaas over het deeg en snijd het deeg in 30 repen van 1-2 cm breed.
5. Verwarm de oven voor op 180 °C.
6. Draai elke reep aan beide kanten tot een spiraal. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat.
7. Bak de stengels in 10-15 minuten lichtbruin in de oven.
8. Laat de stengels afkoelen en wikkel in servetten.

### Variatie

Versier de stengels voor het bakken met pitten en zaden.

### Tip

Bak van restjes brooddeeg broodjes.