

# Blätterteig-Pudding-Stangen

## Zutaten | ca. 14 Stangen

500 g	Magerquark
100 g	Zucker
1 Pck.	Vanillepuddingpuver
1	Ei
2 Rollen	Blätterteig

Außerdem:

1	Ei zum Bestreichen
---	--------------------

Zubereitungszeit: 25-30 Minuten

## Zubereitung:

- Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Eine Rolle Blätterteig darauf ausrollen.
- Magerquark, Zucker, Vanillepuddingpulver und Ei in einer Schüssel zu einer glatten Creme verrühren.
- Die Quark-Pudding-Creme gleichmäßig auf dem Blätterteig verstreichen, dabei rundherum einen kleinen Rand frei lassen. Den zweiten Blätterteig vorsichtig darauflegen und die Ränder gut andrücken.
- Den gefüllten Teig der Länge nach halbieren und anschließend in etwa 7 Streifen schneiden.
- Das Ei verquirlen und die Stangen damit bestreichen.
- Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten goldbraun backen.

## Tipp:

Frische Beeren als Topping passen hervorragend dazu.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren. Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

## Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
220 kcal	10,0 g	24,0 g	8,0 g	90,0 mg