

Keto-Knoblauchbrot mit Mandelmehl

Beschreibung: Knuspriges Keto-Knoblauchbrot aus Mandelmehl – goldbraun, würzig und der perfekte Begleiter zu Salaten oder Suppen.

Zeit: Zubereitungszeit: 30 Min | Vorbereitungszeit: 10 Min | Portionen: 2

Bild:

Keto-Knoblauchbrot mit Mandelmehl

Zutat	Menge
Mandelmehl	80 g
Eier	2 Stück
Backpulver	1 TL
Olivenöl	1 EL
Knoblauchpulver	1 TL
Salz	1 Prise
Frische Kräuter (z. B. Rosmarin)	Nach Geschmack

Zubereitung:

1. Alle Zutaten zu einem Teig verrühren.
2. Auf ein Backpapier flach ausstrecken, mit Kräutern bestreuen.
3. Bei 180 °C ca. 20 Min. backen, bis goldbraun und leicht knusprig.
4. In Streifen schneiden und warm servieren.
5. Der perfekte Begleiter zu Salaten, Suppen oder pur mit Butter.

Quelle: Screenshot aus dem Kochbuch