Gezonde kwarkbollen

Wat heb je nodig (voor 12 stuks)

250 gram volkoren meel
250 gram kwark
150 gram rozijnen
2 eieren
1 eetlepel olie
1 vanillestokje
1 theelepel baking soda
1 snufje zout

1 uur van tevoren de rozijnen wassen.
Week de rozijnen 15 minuten in lauw water.
Giet de rozijnen af in een zeef en spoel ze af.
Laat de rozijnen goed uitlekken.

Bekleed 2 bakplaten met bakpapier.
Zet de oven op 180 graden.
Snijd het vanillestokje in de lengte doormidden.
Schraap het merg uit het stokje.

Doe de kwark in een beslagkom.
Doe het vanillemerg bij de kwark.
Doe de olie er ook bij.

Doe de eieren ook in de beslagkom.
Doe de baking soda en het zout er ook bij.
Meng alles goed door elkaar.

Doe het meel ook in de beslagkom.
Meng het meel er goed door.
Roer het tot een glad beslag.

Doe de rozijnen bij het beslag en roer ze er doorheen.
Schep met een ijsschep mooie bollen op de bakplaat.
Heb je geen ijsschep, gebruik dan 2 eetlepels.

Zet de bakplaat in de oven.
Bak de kwarkbollen in 25 minuten goudbruin en gaar.
Bak daarna de andere bakplaat met kwarkbollen.
Laat de kwarkbollen afkoelen op een taartrooster.