

# Gesundheitstreff EULE



## Haselnußplätzchen

### Teig:

- 125 g Butter (Sauerrahmstufe, Öko-Landbau)
- 125 g Honig (Akazien oder Blütenhonig)
- 1 TL Delifrut (Reformhaus)
- 125 g Haselnüsse
- 200 g Weizenvollkornmehl (oder Dinkel)

### zum Verzieren:

- 75 g Butter
- 75 g Honig
- 100 g Haselnüsse

ca. 50 Stck. Haselnüsse (ca. 75 g)

### Zubereitung:

Butter zerlaufen lassen und mit Honig und Delifrut verrühren. Fein geriebene Haselnüsse und frisch gemahlenes Weizenvollkornmehl dazurühren und Teig einige Stunden oder über Nacht ruhen lassen.

Teig in kleinen Portionen auf leicht bemehlter Arbeitsfläche 3 – 4 mm dick auswalken, mit Schnapsgläschen kleine runde Plätzchen ausstechen und auf ein leicht gefettetes Backblech legen.

Wieder Butter zerlaufen lassen, Honig und fein geriebene Haselnüsse darin verrühren. Masse in einen Spritzbeutel füllen und mit großer Sterntülle auf jedes Plätzchen einen großen Tupfer spritzen. Darauf eine ganze Haselnuß setzen und bei 175 Grad auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen.

Plätzchen auf dem Blech auskühlen lassen, dann abnehmen. Ergibt ca. 50 Plätzchen, die eng gelegt auf ein Backblech passen.

Dieser Plätzchenteig kann auch ohne Verzierung mit beliebigen Ausstechformen geformt und gebacken werden.

Aus: Die Naturküche, Helma Danner, ISBN 3-430-12019-5

Marie-Luise Volk  
(Gesundheitsberaterin GGB)  
Bergstraße 6  
56761 Gamlen  
Tel.: 02653/1614

eMail.: ml.volk@gmx.net

Lydia Justen  
(Gesundheitsberaterin GGB)  
Bahnhofstraße 31  
56729 Monreal  
Tel.: 02651/900324  
eMail.: lydia.justen@eule.eifel.com

# Gesundheitstreff EULE



Marie-Luise Volk  
(Gesundheitsberaterin GGB)  
Bergstraße 6  
56761 Gamlen  
Tel.: 02653/1614

eMail.: ml.volk@gmx.net

Lydia Justen  
(Gesundheitsberaterin GGB)  
Bahnhofstraße 31  
56729 Monreal  
Tel.: 02651/900324  
eMail.: lydia.justen@eule.eifel.com