

# Gesundheitstreff EULE



## Hefeschnecken

### Zutaten:

500 gr Vollkornmehl (Dinkel oder Weizen)  
1 Würfel Hefe  
200 ml Wasser/Sahne-Gemisch  
6 gr. Salz  
75 gr. Butter  
75 gr. Honig

### Für die Füllung:

ca. 80 gr. Honig  
ca. 80 gr. Butter  
Zimt nach Geschmack

### Zubereitung:

Hefeteig zubereiten, gehen lassen und zum Rechteck ausrollen. Mit der Mischung aus Honig, Butter, Zimt bestreichen und von der langen Seite her aufrollen. In Scheiben schneiden und auf ein Backblech legen.

Im Backofen ca. 15-20 Minuten backen bei 180°

Evtl. noch warm mit restlichem Honig-Butter-Gemisch bepinseln.  
Dieser Teig kann auch als Grundlage für Obstblechkuchen oder Streuselkuchen verwendet werden.

Marie-Luise Volk  
(Gesundheitsberaterin GGB)  
Bergstraße 6  
56761 Gamlen  
Tel.: 02653/1614  
Fax.: 02653/6436  
eMail.: ml.volk@gmx.net

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