

Gesundheitstreff EULE

Spritzgebäck



Teig:

250 g	Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
1 Ei	oder Schmand bei tierisch-eiweißfreier Kost
125 g	Honig (Akazien- oder Blütenhonig)
75 g	gemahlen Mandeln
1 Msp	Vanille
175 g	Butter

Zubereitung:

Aus allen Zutaten einen Teig herstellen mit Spritzbeutel oder Fleischwolf
Spritzgebäck herstellen.

Bei 175 Grad auf mittlerer Schiene 12 - 15 Minuten hell backen. Auf dem
Backblech erkalten lassen und dann erst auf ein Gitter legen.