

Sonnen - Taler

Kategorien: Plätzchen, Vollwertküche

Zutaten für: 1 Blech

30	Gramm	Butter
1		Essl. Ahornsirup
1		Ei
50	Gramm	Sonnenblumenkerne
50	Gramm	Rosinen
50	Gramm	Kokosflocken
50	Gramm	Weizenvollkornmehl
30	Gramm	Getr. Datteln, Aprikosen oder Feigen, klein Geschnitten
1		Eiweiß zum Bestreichen Sonnenblumenkerne zum Bestreuen

Anleitung:

Butter, Ei und Sirup verrühren, dann die restlichen Zutaten darunter mengen. Aus dem Teig sehr kleine Kugeln formen, flachdrücken, beidseitig mit Eiweiß bestreichen, in den Sonnenblumenkernen wenden und Kerne fest andrücken.

Auf Backpapier bei 180°C ca. 20-25 Min. backen.

Zubereitungszeit: 45 Minuten