

Sonnenblumen - Plätzchen (Honig).

Kategorien: Plätzchen, Vollwertküche

Zutaten für: 1 Rezept

250	Gramm	Weizenvollkornmehl
200	Gramm	Honig
200	Gramm	Margarine (oder Butter)
300	Gramm	Sonnenblumenkerne
1		Ei
2	Essl.	Schlagsahne
1	Prise	Salz

Anleitung:

Mehl in eine Schüssel geben, 70 g Honig, Salz und das Ei dazu. 150 g Margarine in Flocken darauf verteilen. Das ganze zu einem glatten Teig kneten und ca. 1 Stunde kalt stellen.

Währenddessen die restliche Margarine (50 g) und den restlichen Honig (130 g) in einen Topf geben und auf dem Herd ca. auf Stufe 8 heiss werden lassen. Wenn es anfängt zu blubbern, die Sahne und die Sonnenblumenkerne dazu geben und im offenen Topf ca. 10 - 15 min. leicht aufkochen. Immer wieder umrühren! Dann auskühlen lassen.

Nach einer Stunde nimmt man den Teig aus dem Kühlschrank und rollt ihn ca. 3 - 4 mm dick aus und sticht Kreise aus (fangt jetzt nicht an zu lachen, ich mach das immer mit dem Deckel einer Pump-and-Spray-Dose, weil ich keine Weihnachtsausstecher habe, aber es geht meiner Meinung nach sogar besser damit, weil daran nichts haften bleibt) Auf die Teigkreise gibt man dann von der Sonnenblumenmasse (am Besten mit zwei Teelöffeln, weil die Masse ziemlich klebrig ist).

Jetzt kann man die Plätzchen bei 200 Grad ca. 10 - 15 Minuten lang backen.

Und meiner Meinung nach (und auch nach Meinung einiger guter Freunde), schmecken diese Plätzchen einfach phänomenal. Es gibt auch Männer die behaupten, in diese Plätzchen sei ein Bindezauber eingebacken, so dass der Mann, der diese Plätzchen isst, nie mehr von der Bäckerin loskommt...

Aber wie gesagt, alles Gerüchte... Oder fast alles... :-) Trotzdem viel Spass beim Backen und vor allem beim Essen