

## Knusper - Herzchen

Zutaten für: 1 Rezept

|     |       |  |
|-----|-------|--|
| 50  | Gramm | Weizenvollkornmehl                             |
| 50  | Gramm | Haferflocken                                   |
| 1   | Essl. | Honig  |
| 1   | Essl. | Öl   |
| 50  | Gramm | Nüsse  |
| 1/2 | Teel. | Salz   |
| 1   | Teel. | Vanille  |
| 1   | Teel. | Zimt   |
|     | Etwas | Muskat   |
|     |       | Schale einer ungespritzten Zitrone, abgerieben |
| 1   | Teel. | Zitronensaft                                   |

### Anleitung:

Alle Zutaten zu einem Teig vermischen, 30 Min. ruhen lassen. Teig ausrollen (1/2 cm dick), Herzchen ausstechen. Bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. backen.

### Quelle:

\*RK\* 25.02.2004 von Konrad Heizmann

# Knusper - Kugeln

Zutaten für: 40 Stück

|     |       |                                    |
|-----|-------|------------------------------------|
| 50  | Gramm | Butter                             |
| 150 | Gramm | Vollrohrzucker                     |
| 2   |       | Eier                               |
| 1   | Prise | Salz                               |
| 50  | Gramm | Geh. Orangeat                      |
| 50  | Gramm | Geh. Zitronat                      |
| 200 | Gramm | Leicht geröstete Sonnenblumenkerne |
| 1   | Essl. | Zitronensaft                       |
| 200 | Gramm | Dinkelmehl, frisch gemahlen        |
| 50  | Gramm | Dinkelweißmehl                     |
| 1/2 | Teel. | Weinsteinbackpulver                |
| 1   |       | Eigelb                             |

## Anleitung:

Butter mit Zucker schaumig rühren. Eier und Salz beigeben, gut verrühren. Orangeat, Zitronat, Sonnenblumenkerne und Zitronensaft dazu mischen, mit dem Dinkelmehl und Backpulver zu einem Teig verarbeiten. Drei bis vier Stunden kalt stellen. Kleine Teigkugeln formen, mit Eigelb bestreichen und 12 Min. bei 200°C auf mittlerer Schiene backen.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

## Quelle:

\*RK\* 25.02.2004 von Konrad Heizmann