



Antje Brand

# WEIHNACHTSZAUBER

*Himmlische Vollwert-Rezepte für Plätzchen & Gebäck*

---

Spezial: vegane, glutenfreie, tierereiweißfreie Rezepte

Oktober 2025 - 1. Auflage  
Alle Rechte vorbehalten  
© by Antje Brand, Wesseling (2025)  
Fotos Essen: Antje Brand  
Fotos Antje: Christiane Schmidt  
Design & Layout: Antje Brand  
Druck in Deutschland

ISBN 978-3-00-084243-6

Website: [www.antjebrand.de](http://www.antjebrand.de)  
E-Mail: [info@antjebrand.de](mailto:info@antjebrand.de)





---

# ANTJES

# VORWORT

---

Liebe Leserin, lieber Leser,

**Weihnachten ohne Plätzchen? Kaum vorstellbar.**

Der Duft aus dem Ofen, das Naschen vom Teig und das gemeinsame Backen gehören einfach dazu. Doch oft bleibt ein ungutes Gefühl, weil die süßen Leckereien so gar nicht zu einer gesunden Ernährung passen.

Mit diesem Buch möchte ich dir zeigen: **Es geht auch anders – und zwar ohne Verzicht.** Backen mit Vollkornmehl und **natürlichen Zutaten** ist nicht nur gesünder, sondern ein ganz besonderer Genuss. Klassiker lassen sich leicht vollwertig abwandeln, und dabei entstehen oft sogar **neue Lieblingskreationen**. Ganz einfach, voller Geschmack – und ideal auch zum Ausprobieren mit der ganzen Familie.

Mir ist wichtig, dass die Weihnachtszeit eine Zeit des **bewussten Genießens** bleibt. Naschen darf Freude machen, **ohne Reue** – und mit dem schönen Gefühl, gleichzeitig etwas **Gutes für Körper und Seele** zu tun.

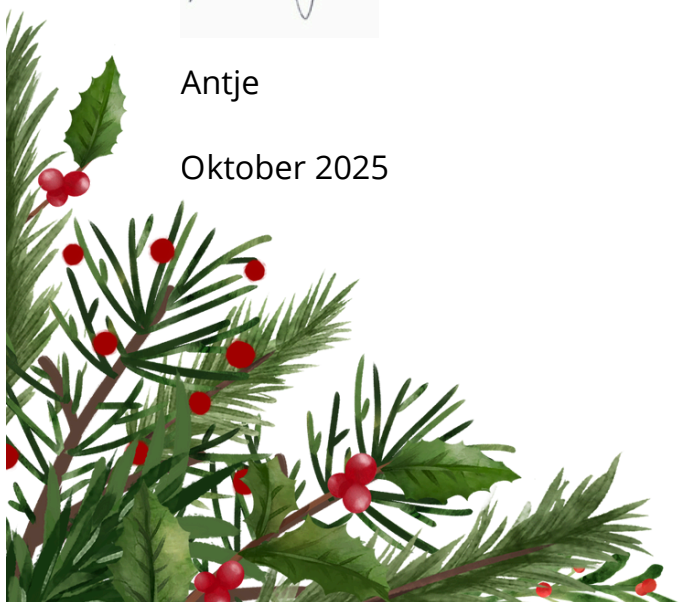
Ich wünsche dir viel Freude beim **Backen und Genießen** – und vielleicht entdeckst du dabei dein ganz eigenes Lieblingsplätzchen.

Herzliche Grüße



Antje

Oktober 2025



---

# FROHE WEIHNACHTEN

---

✨ **Freu dich auf eine feine Auswahl himmlischer Plätzchen und Weihnachtsgebäcke.**

Mit hochwertigen, natürlichen Zutaten laden dich unsere Rezepte zum Genießen ohne Reue ein. Wir verbinden Tradition mit einer vollwertigen, modernen Note – frei von Fabrikzucker, Weißmehl und künstlichen Zusätzen.

So wird das Backen und Naschen zu einem echten Fest für Körper und Seele.

## *Warum ein vollwertiges Backbuch?*

Weil ich dir zeigen möchte, dass **echter Genuss und gesunde Ernährung** wunderbar zusammenpassen.

Oft denken wir, dass Plätzchen mit Weißmehl und Fabrikzucker einfach „dazugehören“.

Doch schon kleine Veränderungen machen einen großen Unterschied:

Vollkornmehl schenkt mehr Aroma und Ballaststoffe, Honig oder Trockenfrüchte bringen natürliche Süße, und hochwertige Fette sorgen für ein rundes Geschmackserlebnis.

So entsteht Gebäck, das nicht nur köstlich schmeckt, sondern dich auch **nährt und stärkt**.

Meine Rezepte sollen dir zeigen:

**Backen geht einfach, kreativ und gesund – ohne Verzicht und ohne komplizierte Zutaten.**





# Einleitung



## Praktische Tipps 05

Nützliche Infos zu allen Zutaten und Hinweise für die optimale Herstellung deiner Leckereien.



## Die Rezepte

Amerikaner Black & White	09	Mandel-Zimttaler	28
Apfel-Zimt-Doppeldecker	10	Marzipan-Haferkekse	29
Bananen-Schokokekse	11	Marzipansterne	30
Bananen-Schokotropfen	12	Mohn-Dattelherzen	31
Cantuccini	13	Mohn-Kokostaler	32
Christstollen mit Marzipan	14	Mohnplätzchen mit Kirsche	33
Crunchy-Caramel-Florentiner	15	Schoko-Crossies	34
Dattel-Walnusskekse	16	Schoko-Nussecken	35
Haferplätzchen gefüllt	17	Schokoladen-Täfelchen	37
Haselnuss-Orangenplätzchen	18	Schoko-Nusskugeln	38
Husarenkrapfen mit Beeren	19	Schoko-Zimtherzen	39
Kipferl Vanilla-Schoki	20	Spekulatius	40
Kokos-Cashewkugeln	21	Weißer Kokos-Mandelsplitter	41
Kokos-Dattelmakronen	22	Zimtschnecken	42
Kokoshäppchen	23	Zimtsterne	43
Kokos-Kardamomkugeln	24	Zitronen-Butterplätzchen	44
Lebkuchen mit Fruchtfüllung	25	Zitronen-Mandelplätzchen	45
Mandel Schokolinis	27		





## The chef

---

Antje schnibbelt, kocht, backt seit Jahrzehnten fantastische vollwertige Gerichte.

Im Hinterkopf immer die Frage:  
**Wie kann es noch einfacher und noch leckerer werden?**

In diesem Magazin veröffentlicht sie ihre Top-Rezepte für köstliche Weihnachtsleckereien.



## Abkürzungen

g = Gramm

geh. = gehäuft

ml = Milliliter

Msp. = Messerspitze (Spitze eines kleinen Messers)

Prise = Menge, die man zwischen Daumen und Zeigefinger halten kann

TL = Teelöffel (ca. 10 g)

## Aufbewahrung

Am Besten eignen sich gut verschließbare Dosen (Blechdosen). Bei Raumtemperatur (18 Grad) lagern. Zwischen die Lagen Backpapier legen, um Verkleben zu vermeiden. Lass die Plätzchen vorher gut auskühlen. Du kannst auch oben drauf dünne Apfelschnitze legen, um für etwas Feuchtigkeit zu sorgen. Die meisten Plätzchen lassen sich auch sehr gut einfrieren.

## Backen

Die Angaben im Backofen beziehen sich auf einen normalen Haushaltsbackofen. Gemeint ist immer Ober-/Unterhitze. Wenn nichts anderes angegeben ist, wird auf der mittleren Schiene gebacken.

## Backzeiten

Die genannten Zeiten sind ca. Werte und können je nach Backofen variieren.

## Menge Stückzahlen

Die angegebenen Mengen sind ca.-Werte. Je nach Portionsgröße und genutzter Form.

## Teig ausrollen

Bei etlichen Rezepten empfehlen wir, den Teig für mind. 1 Stunde in den Kühlschrank zu geben. So wird er geschmeidiger und kann besser ausgerollt werden. Du kannst den Teig entweder zwischen Backpapier ausrollen oder deine Arbeitsfläche leicht mit Mehl bestäuben. Klebt dir der Teig zu sehr an den Händen, feuchte deine Hände leicht an.

## Unsere Zutaten

Wir verwenden ausschließlich natürliche Zutaten ohne künstliche Zusatzstoffe. Hier findest du einige Hinweise zur richtigen Auswahl. Zur Erleichterung sind einige Zutaten direkt mit einem Online-Shop verlinkt.

## Back-Kakao

“Normaler” Kakao enthält sehr viel Fabrikzucker. Wir nehmen stattdessen den Back-Kakao ohne Zusatzstoffe. Du bekommst ihn in schwach entölt und stark entölt. Stark entölter Kakao ist etwas herber im Geschmack.

## Dattelpüree

Als Alternative zu Honig kannst du auch Dattelpüree verwenden (vegan). Hierfür kannst du einzelne Datteln einweichen und anschließend pürieren. Oder fertiges Püree verwenden.

## Ei-Ersatz

Du kannst einige Rezepte einfach abwandeln in eine tiereieiweißfreie Variante. Tausche das Ei gegen 1 EL Leinsamen aus. Den Leinsamen mischst du mit 3 EL Wasser und lässt ihn für 10 Minuten quellen.

## Gewürze

Du findest eine Auswahl an verschiedenen Gewürz-Vorschlägen, etwa Tonka, Vanille, Zimt, Kardamon, Lebkuchen, Spekulatius, Glühwein und Fruchtpulver. Du kannst die Gewürze natürlich ganz nach deinem Geschmack variieren.

## Honig

Unser Hauptsüßungsmittel ist Honig, da er ein Naturprodukt ist. Am besten verwendest du Honig vom Imker oder Bio-Honig. Akazienhonig ist besonders geschmacksneutral und flüssiger Honig eignet sich gut zur Verarbeitung.

## Kakaobutter

Diese Butter ist ein blassgelbliches, aromatisches Fett, das aus den Samen des Kakaobaums gewonnen wird, also rein natürlich ist. Kakaobutter macht die Schokolade besonders cremig.

## Kakaonibs

Das sind geröstete, geschälte Kakaobohnen in kleinen Stückchen. Sie machen die Leckereien noch schokoladiger und geben einen kleinen Crunch-Effekt.



## Marzipan

Hier ist die Bio-Rohmasse gemeint. Sie enthält keine weiteren Zusatzstoffe.

## Nüsse

Optimalerweise verwendest du frische, ganze Nüsse. Falls es einmal schnell gehen muss, kannst du auch Nüsse aus der Backabteilung verwenden. Generell gilt auch hier, dass du die Nüsse ganz nach deinem Geschmack austauschen kannst.

## Nussmus

Unter Nussmus versteht man pürierte Nüsse ohne zusätzliche Zusatzstoffe. Wir verwenden gerne Mandel-, Haselnuss-, Erdnuss- oder Cashewmus. Du kannst nach deinem Geschmack variieren. (Shop ist verlinkt)

## Oblaten

Für einige Plätzchen empfehlen wir Back-Oblaten. Am Besten sind sie als Vollkornvariante.

## Orangenschale / Zitronenschale (Abrieb)

Nimm hierfür Bio-Orangen/Zitronen. Das Obst waschen und trocknen und dann mit einer kleinen Reibe etwas Schale abreiben und ganz klein schneiden bzw. mixen.

## Sahne

Nimm am besten süße Sahne in Bio-Qualität. Andernfalls ist oft der Stabilisator Carrageen hinzugemischt. Einfach die Sahne vor Gebrauch gut schütteln, um den Rahm mit der Flüssigkeit zu mischen.

## Sahne-Wasser als Milchersatz

Milch wird in der vollwertigen Ernährung nicht verwendet. Stattdessen kannst du ganz einfach süße Sahne mit Wasser im Verhältnis 1:1 verdünnen.

## Trockenfrüchte

Wir verwenden in einigen Rezepten Trockenfrüchte, z.B. Datteln, Feigen, Rosinen. Achte darauf, dass du ungeschwefelte verwendest. Am Besten vor der Verwendung einige Zeit in Wasser (oder frischem Orangensaft) einweichen. So lassen sie sich besser weiterverarbeiten.

# Die Rezepte







**Menge**  
20 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 20 Min.



3.170 kcal  
160 kcal p.P.



## Zutaten

### Für den Teig:

- 110 g Honig
- 1 TL Vanille
- 120 g Sonnenblumenöl
- 2 Eier
- 100 g Schmand
- 250 g Dinkelvollkornmehl
- 40 g Hafer, fein gemahlen
- 3 TL Backpulver
- 1 Prise Salz

### Für den hellen Guss:

- 25 g Kakaobutter (oder Butter)
- 1 EL Kokosmehl (optional)
- 1 EL Honig
- 1 TL Mandelmus (weiß)
- 1/2 TL Zitronensaft (frisch)

### Für den Schokoguss:

- 25 g Kakaobutter (oder Butter)
- 15 g Back-Kakao
- 1 EL Honig
- 1 TL Mandelmus (weiß oder braun)

# AMERIKANER BLACK & WHITE

## Zubereitung

- Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Honig, Vanille, Öl und Eier in einer Schüssel mit einem Schneebesen schaumig rühren. Dann den Schmand unterrühren.
- Dinkelvollkornmehl, Hafermehl, Backpulver und Salz in einer separaten Schüssel mischen und nach und nach unter die feuchten Zutaten rühren.
- Teig mit zwei Löffeln als kleine Häufchen auf das Backblech setzen, dabei genügend Abstand lassen. Ca. 18-20 Minuten backen, bis sie goldbraun und stabil sind.
- Herausnehmen und abkühlen lassen.
- Für den hellen Guss Butter oder Kakaobutter bei niedriger Temperatur schmelzen.
- Topf vom Herd nehmen. Kokosmehl, Honig, Mandelmus, Zitronensaft unterrühren bis eine glatte Masse entsteht.
- Für den Schokoguss Butter oder Kakaobutter bei niedriger Temperatur schmelzen.
- Topf vom Herd nehmen. Kokosmehl, Honig, Mandelmus, Zitronensaft unterrühren bis eine glatte Masse entsteht.
- Die Amerikaner mit dem hellen Guss und Schokoguss bestreichen.
- Im Kühlschrank fest werden lassen.



**Menge**  
15 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 12 Min.



1.300 kcal  
90 kcal p.P.

glutenfrei, tierereiweißfrei

10



## Zutaten

### Für den Teig:

- 150g Haferflocken, gemahlen
- 1 TL Zimt
- ½ TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 50g weiche Butter
- 2 EL Honig
- 1 Ei
- ½ TL Tonka oder Vanille
- 1 TL Zitronenschale, frisch gerieben

### Für die Füllung:

- 1 kleiner Apfel, klein gemixt
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Sahne
- 1 EL Honig
- ½ TL Zimt
- 1 Prise Tonka
- 1 EL gemahlene Mandeln

# APFEL-ZIMT-DOPPELDECKER

## Zubereitung

- Für den Teig gemahlene Haferflocken mit Zimt, Backpulver, Salz, Tonka und Zitrone mischen.
- Butter, Honig und Ei verrühren und unter die Mehlmischung kneten. Kurz kalt stellen (ca. 20 Min.), damit der Teig sich gut ausrollen lässt.
- Teig 5 mm dick ausrollen, kleine Sterne oder runde Plätzchen ausstechen.
- Bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen, bis die Ränder leicht goldbraun sind. Vollständig auskühlen lassen.
- Für die Füllung den geriebenen Apfel mit Zitronensaft, Butter, Honig und Zimt in einem kleinen Topf sanft köcheln, bis die Masse leicht andickt. Nach Wunsch mit gemahlenden Mandeln leicht binden. Alles gut pürieren. Abkühlen lassen.
- Je 1 TL Apfelcreme auf einen Keks geben, zweiten daraufsetzen, leicht andrücken.
- Wer mag, kann die obere Hälfte mit einem Hauch Fruchtpulver, Zimt oder etwas geriebener Tonkabohne bestäuben.

### Tipps:

- Kleine Apfelschnitzchen oder Zimtsterne als Topping.
- Mit ausgestochenem Stern-Fenster ein echter Hingucker!
- Im Kühlschrank in einer Dose ca. 3–4 Tage haltbar, gefüllt am besten frisch genießen.





**Menge**  
22 Stück



Aktiv: 15 Min.  
Backen: 15 Min.



1.059 kcal  
48 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tierereiweißfrei

11



## Zutaten

- 120 g reife Banane
- 100g Mandelmehl
- 40g Hirsemehl
- 2 EL Kakaonibs
- ½ TL Backpulver
- ½ TL Zimt
- 1 Prise Kardamom
- 1 Prise Salz
- 1 TL Zitronensaft
- 1 EL Honig (oder Dattelpüree)
- 1 EL Mandelmus
- 1 TL Back-Kakao

# BANANEN-SCHOKOKEKSE

## Zubereitung

- Die Banane mit Zitronensaft zerdrücken und mit Honig (oder Dattelpüree) und Mandelmus verrühren.
- Die trockenen Zutaten (Mandelmehl, Hirsemehl, Backpulver, Kakao, Zimt, Kardamom, Salz) in einer Schüssel mischen.
- Bananenmasse unterrühren.
- Zum Schluss die Kakaonibs unterheben.
- Mit feuchten Händen kleine Kugeln formen, leicht flach drücken und auf ein Backblech setzen.
- Bei 170 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen - die Kekse sollen weich bleiben.
- Auf dem Blech leicht abkühlen lassen, dann auf ein Gitter setzen.

### Tipps:

- Für noch mehr Weihnachten eine Prise Tonka oder Vanille ergänzen.
- Für den Extra-Crunch 1 EL gehackte Nüsse mit in den Teig geben.
- Die Plätzchen lassen sich gut einfrieren.



**Menge**  
25 Stück



Aktiv: 15 Min.  
Backen: 15 Min.



1.135 kcal  
45 kcal p.P.

glutenfrei

12



## Zutaten

- 1 reife Banane
- 1 Ei
- 2 EL fein gehackte Trockenfrüchte (z. B. Soft-Aprikosen, Rosinen, Feigen)
- 80g Haferflocken
- 30g Kokosmehl
- 2 EL Kokosflocken
- 1-2 EL Honig
- 1 EL Mandelmus
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Vanille
- 1 Prise Salz
- Kokosflocken (Garnitur)

### Für die Schokolade:

- 1 EL Kakaobutter
- 1 TL Mandelmus
- 1 TL Back-Kakao
- 1 TL Honig

# BANANEN-SCHOKOTROPFEN

## Zubereitung

- Ofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier auslegen.
- Banane mit Ei, Trockenfrüchten und Honig in einer Schüssel gut verrühren.
- Haferflocken, Kokosmehl, Kokosflocken, Mandelmus, Zimt, Vanille und Salz unterrühren.
- Die Plätzchenmasse mit 2 TL auf das Backblech legen.
- In einem kleinen Topf die Kakaobutter langsam schmelzen lassen.
- Vom Herd nehmen und mit Honig und Back-Kakao gut verrühren.
- Die Schokolade über die Plätzchen träufeln. Optional mit Kokosflocken bestreuen.
- Im Ofen ca. 15 Minuten backen, bis sie goldgelb sind.
- Auf dem Blech auskühlen lassen.

### Tipps:

- Für mehr Fruchtigkeit kannst du z. B. getrocknete Kirschen oder Rosinen untermischen.
- 1 EL Apfelmus im Teig sorgt für noch mehr Saftigkeit.
- Luftdicht verpackt ca. 5-7 Tage haltbar oder einfrieren.





**Menge**  
25 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 30 Min.



1.810 kcal  
72 kcal p.P.



## Zutaten

- 100 g ganze Mandeln (ungeschält)
- 250 g Dinkelvollkornmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Vanille
- 1 Prise Salz
- 1 Msp. Kardamom
- 2 Eier
- 70 g Honig

# CANTUCCINI

## Zubereitung

- Ganze Mandeln kurz in der Pfanne fettfrei rösten. Abkühlen lassen.
- Für den Teig das Mehl mit Backpulver, Vanille, Salz und Kardamom vermischen.
- Eier und Honig zugeben und mit den Händen zu einem festen, leicht klebrigen Teig kneten.
- Die Mandeln zuletzt unterheben.
- Den Teig zu zwei Rollen (ca. 3 cm Durchmesser) formen.
- Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, leicht flach drücken.
- Bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 20 Minuten backen, bis die Rollen leicht goldbraun sind.
- Herausnehmen und 10 Minuten abkühlen lassen.
- Die Rollen leicht schräg in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.
- Mit der Schnittfläche nach oben aufs Blech legen.
- Weitere 10–12 Minuten backen, bis die Cantuccini rundum goldbraun und knusprig sind.
- Vollständig abkühlen lassen – sie härten dann noch nach.

### Tipps:

- In einer luftdichten Dose gelagert bleiben sie wochenlang knusprig.
- Varianten: Mit Haselnüssen oder Pistazien statt Mandeln. Mit Trockenfrüchten wie Aprikosen oder Feigen (klein gewürfelt). Für eine festlich-würzige Note mit Anis, Tonka oder Zimt.





**Menge**  
20 Scheiben



Aktiv: 25 Min.  
Backen: 45 Min.



5.270 kcal  
260 kcal p.P.



## Zutaten

- 500 g Dinkelvollkornmehl
- 1 Würfel frische Hefe (42 g)
- 200 ml Sahne-Wasser, lauwarm
- 100 g weiche Butter
- 1 Ei
- 120 g Honig
- ½ TL Salz
- 1 TL Zimt
- ½ TL Vanille
- 1 Prise Kardamom
- Abgeriebene Schale 1 Bio-Orange
- 100 g Marzipan

### Frucht-Nuss-Mischung:

- 150 g Rosinen oder fein gehackte Trockenfrüchte
- 2 EL Orangensaft
- 100 g gehackte Mandeln

### Zum Bestreichen:

- 1-2 EL geschmolzene Butter
- 1 TL Honig + 1 TL Wasser (verrührt)
- Fein gemahlene Mandeln als Topping

# CHRISTSTOLLEN

## Zubereitung

- Trockenfrüchte klein schneiden und mit Orangensaft vermengen. Zugedeckt mind. 1 Stunde ziehen lassen (besser über Nacht). Dann die gehackten Nüsse untermischen.
- Hefe in lauwarmen Sahne-Wasser-Mischung mit 1 TL Honig auflösen, 10 Min. stehen lassen.
- Mehl mit Salz, Zimt, Vanille, Kardamon, Orangenschale mischen.
- Hefemilch, restlichen Honig, Ei, Butter dazugeben.
- Alles 8-10 Min. zu einem elastischen Teig verkneten. Frucht-Nuss-Mischung unterkneten.
- Teig abgedeckt 90-120 Min. gehen lassen (ruhig länger, wenn's kühl ist).
- Teig zu einem länglichen Rechteck formen (nicht zu breit).
- Marzipan als Rolle mittig auflegen und den Teig darüberklappen, gut verschließen.
- Auf ein Backpapier setzen und nochmal 30 Min. ruhen lassen.
- Stollen ca. 45 Min. bei 170°C Ober-/Unterhitze backen.
- Noch heiß mit flüssiger Butter bestreichen. Dann mit Honig-Wasser (2 EL Honig, 2 EL Wasser) bepinseln und mit 50 g gemahlene Mandeln (frisch mahlen und leicht rösten) bestreuen.

### Tipps:

- Nach dem Abkühlen gut verpacken (Butterbrotpapier und luftdicht).
- 5-7 Tage ziehen lassen, dann ist er besonders saftig. Hält sich 2-3 Wochen.
- Der Stollen lässt sich auch einfrieren, am besten gut durchgezogen nach 1 Woche.



**Menge**  
14 Stück



Aktiv: 20 Min.  
Backen: 15 Min.



1.676 kcal  
120 kcal p.P.

glutenfrei, tierieiweißfrei

15



## Zutaten

- 30 ml süße Sahne
- 30 g Butter
- 40 g Honig
- 24 g Mandeln, gemahlen
- 80 g Mandelblättchen
- 2 Msp. Vanille

### Schokoladenüberzug:

- 36 g Kakaobutter
- 30 g Honig
- 20 g Back-Kakao
- 30 g Nussmus

# CRUNCHY-CARAMEL-FLORENTINER

## Zubereitung

- Backofen auf 180 Grad (Ober-/ Unterhitze) vorheizen.
- Sahne, Butter und den Honig bei mittlerer Hitze schmelzen und unter Rühren kochen.
- Die Hitze reduzieren und die Mandeln und Vanille hinzufügen. Alles gut vermischen.
- Mit 2 Teelöffeln kleine Häufchen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- Die Florentiner ca. 15 Min. backen bis sie goldgelb karamellisiert sind.
- Gut abkühlen lassen.
- Währenddessen die Kakaomasse erstellen.
- Hierfür die Kakaobutter langsam (!) in einem Topf erhitzen.
- Vom Herd nehmen und Honig, Back-Kakao, Nussmus untermischen.
- Die Schokolade je nach Wunsch auf die Unter- oder Oberseite der Florentiner pinseln.
- Im Kühlschrank gut fest werden lassen.





**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 50 Min.  
Backen: 12 Min.



1.745 kcal  
44 kcal p.P.

glutenfrei

16



## Zutaten

### Für den Teig:

- 80g gemahlene Mandeln
- 50g Hirsemehl
- 30g Walnüsse, fein gehackt
- ½ TL Zimt
- 1 Msp. Kardamom
- 1 Msp. Tonka
- 1 Prise Salz
- 1 Ei
- 60g Honig
- 1 EL helles Mandelmus
- 1 TL Zitronenschale

### Für die Füllung:

- 80g getrocknete Feigen
- 20g Walnüsse
- 1 TL Zitronensaft
- ½ TL Zimt oder Kardamom

# DATTEL-WALNUSSEKSE

## Zubereitung

- Für die Füllung Feigen und Walnüsse grob hacken, mit Zitronensaft und Gewürz zu einer klebrigen Masse mixen. Kalt stellen.
- Für den Teig alle trockenen Zutaten mischen. Dann Ei, Honig, Mandelmus und Zitronenschale dazugeben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Ggf. 1 TL Wasser oder Sahne hinzufügen, wenn er zu trocken ist.
- Den Teig ausrollen und ca. 40 kleine Sterne o.ä. ausstechen. Die Hälfte der Sterne auf ein Backblech mit Backpapier setzen.
- Etwas Feigenfüllung auf eine Hälfte geben und dann mit der 2. Hälfte abdecken.
- Bei 170 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen.
- Nach dem Abkühlen pur lassen oder leicht mit Puder aus gemahlenem Mandeln oder Maulbeeren bestäuben.
- Alternativ nach dem Backen mit einer Glasur aus 1 EL Honig und 1 TL Zitronensaft (gut vermischen) bepinseln und mit Kokosraspeln, Pistazien oder Walnüssen belegen.

### Tipps:

- Die Kekse halten in einer luftdichten Dose etwa 1 Woche. Alternativ einfrieren.





**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 50 Min.  
Backen: 12 Min.



1.810 kcal  
45 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tierereiweißfrei

17



## Zutaten

### Für den Teig:

- 200g Hafermehl (fein gemahlen, glutenfrei oder mit Haferflocken selbst gemahlen)
- 100g Dattelmus oder Honig
- 3 EL Mandelmus (hell)
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Salz
- 5-6 EL Wasser (je nach Bedarf)

### Für die Füllung:

- 150g getrocknete Pflaumen
- 50g Rosinen
- 1 TL Zimt
- 100ml Wasser
- Abrieb Bio-Orange

# HAFERPLÄTZCHEN GEFÜLLT

## Zubereitung

- Für den Teig Dattelmus zusammen mit Mandelmus, Zimt, Salz und Wasser glattrühren. Hafermehl zugeben und nach und nach je nach Bedarf Wasser einarbeiten, bis ein formbarer, nicht zu klebriger Teig entsteht.
- Den Teig auf einer leicht bemehlten Fläche ca. 4 mm dick ausrollen. Sterne, Herzen oder runde Formen ausstechen.
- Die Plätzchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 12-15 Minuten backen. Abkühlen lassen.
- Für die Füllung Pflaumen, Rosinen, Zimt, Orangenabrieb und Wasser in einen kleinen Topf geben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten weich köcheln lassen, bis die Früchte sehr weich sind und ein dickes Mus entsteht. Abkühlen lassen und ggf. fein pürieren.
- Jeweils einen Kleks Pflaumenmus auf die Plätzchenböden geben. Ein zweites Plätzchen daraufsetzen und leicht andrücken.

### Tipps:

- Die Plätzchen schmecken am besten, wenn sie einen Tag durchziehen dürfen. Die Füllung lässt sich gut vorbereiten und hält im Kühlschrank mehrere Tage.



**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 20 Min.  
Backen: 14 Min.



1.705 kcal  
43 kcal p.P.

glutenfrei

18



## Zutaten

- 150g gemahlene Haselnüsse
- 40g Mandelmehl (oder gemahlene Mandeln)
- 2 Eier
- 70g Honig
- 1 gehäufte TL fein abgeriebene Bio-Orangenschale
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Tonka
- 1 Prise Salz
- 1 TL Backpulver
- 1 EL Orangensaft (frisch gepresst)
- Optional: 1 EL gehackte Soft-Aprikosen oder Rosinen
- Vollkorn-Oblaten

# HASELNUSS-ORANGENPLÄTZCHEN

## Zubereitung

- Ofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Eier und Honig mit einer Prise Salz mit dem Handrührgerät cremig aufschlagen.
- Orangenschale, Orangensaft und Tonka dazugeben.
- Haselnüsse, Mandelmehl, Zimt, Backpulver und ggf. gehackte Trockenfrüchte untermischen, bis ein formbarer Teig entsteht.
- Mit einem Teelöffel kleine Häufchen auf Oblaten setzen und leicht flach drücken.
- Ca. 12-14 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Nicht zu lange backen, damit sie schön saftig bleiben.
- Abkühlen lassen.
- Nach Wunsch mit etwas selbstgemachter Schokolade verzieren: 60 g geschmolzene Kakaobutter mit 30 g gemahlenen Mandeln / Mandelmehl, 2-3 EL Sahne, 2-3 EL Honig, ½ TL Vanille und 1 Msp. Tonka vermischen, kurz abkühlen lassen und die abgekühlten Plätzchen mit der Schokolade beträufeln.

### Tipps:

- Ohne Schokolade in einer gut verschließbaren Blechdose ca. 2 Wochen haltbar. Mit Schokolade im Kühlschrank aufbewahren für 7-10 Tage. Lassen sich auch gut einfrieren.





**Menge**  
30 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 15 Min.



2.575 kcal  
85 kcal p.P.

glutenfrei

19



## Zutaten

### Für den Teig:

- 250g Dinkelvollkornmehl
- 125g weiche Butter
- 1 Eigelb
- 80g Honig
- 50g gemahlene Mandeln
- 1 Prise Salz
- 1 TL Vanille oder Zimt

### Für die Füllung:

- 100g Beeren (frisch oder TK)
- 60g Dattelpüree oder Honig
- 1–2 EL Wasser
- 1 TL Zitronensaft

# HUSARENKRAPFEN MIT BEEREN

## Zubereitung

- Für den Teig alle Zutaten zügig zu einem glatten Mürbeteig verkneten.
- Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kühl stellen.
- Für die Marmelade die Beeren mit den Datteln und etwas Wasser in einem kleinen Topf aufkochen. Einige Minuten weich köcheln lassen.
- Mit dem Stabmixer fein pürieren. Zitronensaft einrühren und auskühlen lassen.
- Aus dem Teig kleine Kugeln formen, auf ein Backblech mit Backpapier legen.
- Mit dem Ende eines Holzlöffels oder dem Daumen eine kleine Mulde in die Mitte drücken. Zurecht formen.
- In jede Mulde etwas Marmelade füllen (nicht zu viel, sonst läuft sie beim Backen über).
- Im vorgeheizten Ofen bei 170°C Ober-/Unterhitze ca. 12–15 Minuten backen.
- Herausnehmen und abkühlen lassen.

### Tipps:

- In einer gut verschlossenen Blechdose bleiben die Husarenkrapfen 1–2 Wochen frisch. Die Marmeladenfüllung wird dabei leicht fester, aber fruchtig-aromatisch.
- Alternativ kannst du auch Aprikosen, Himbeeren oder Pflaumen verwenden.



**Menge**  
47 Stück



Aktiv: 35 Min.  
Backen: 18 Min.



3.265 kcal  
69 kcal p.P.



## Zutaten

### Für den Teig:

- 190 g Weizenvollkornmehl
- 125 g Butter
- 1/2 Ei
- 70 g Mandeln, gemahlen
- 70 g Haselnüsse, gemahlen
- 60 g Honig
- 1,5 TL Vanille
- 10 g Back-Kakao

### Für den Schokoladenüberzug:

- 36 g Kakaobutter
- 30 g Honig
- 20 g Back-Kakao
- 30 g Nussmus

# KIPFERL VANILLA-SCHOKI

## Zubereitung

- Backofen auf 180 Grad (Ober-/ Unterhitze) vorheizen.
- Das Mehl mit Nüssen, Butter, Ei, Honig, Kakao und Vanille zu einem geschmeidigen Teig vermischen.
- Aus dem Teig Plätzchen formen, z.B. Kringel, Kugeln, oder platte Ovale.
- Plätzchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und für ca. 18 Minuten backen.
- Für die Schokolade die Kakaobutter langsam erhitzen. Den Topf vom Herd nehmen und mit Honig, Back-Kakao und Nussmus gut vermischen.
- Die Plätzchen mit der Schokolade bepinseln oder komplett in die Schokolade tauchen.

### Tipps:

- Verfeinere deine Plätzchen mit verschiedenen Toppings auf der Schokolade, z.B. Kokosraspeln, gehackte Mandeln, Weintrauben oder getrockneten Erdbeeren.





**Menge**  
36 Stück



Aktiv: 20 Min.



1.320 kcal  
37 kcal p.P.

glutenfrei, tierereiweißfrei

21



## Zutaten

- 100g Cashewkerne (weich)
- 60g Kokosraspel
- 80g weiche Datteln
- 1–2 TL Honig
- 1 TL Kokosöl oder 1 TL Kokosmus
- 1 Msp. Vanille
- ½ TL Zimt (oder Tonka)
- 1 Msp. Kardamom oder Waffelgewürz
- 1 TL Orangenschale
- 1 TL Zitronensaft oder Orangensaft
- Optional: 1 EL gehackte Maulbeeren oder Rosinen für Biss

# KOKOS-CASHEWKUGELN

## Zubereitung

- Die Datteln für 1-2 Stunden einweichen (oder mit heißem Wasser übergießen). Anschließend Wasser abgießen und pürieren.
- Cashews im Mixer grob mahlen.
- Alle Zutaten in einer Schüssel miteinander verkneten (erst mit dem Löffel, dann mit der Hand). Die Masse sollte leicht feucht und formbar sein.
- Mit feuchten Händen kleine Kugeln formen.
- Kugeln nach Wunsch in Kokosflocken, Fruchtpulver (Erdbeer, Drachenfrucht, Matcha...), Kakaopulver, gehackten Pistazien oder Nüssen wälzen.
- Im Kühlschrank etwa 30 Minuten fest werden lassen.

### Tipps:

- Kühl gelagert halten sich die Kugeln ca. 1 Woche. Lassen sich auch gut einfrieren.

### Varianten:

- Mit 1 TL Kakaopulver → „Schoko-Kokos“-Version
- Mit getrockneter Mango + Limettenschale → exotisch
- Mit Marzipanwürfeln im Inneren → weihnachtliche Überraschung
- Mit Chili & Zimt → für Mutige



**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 15 Min.  
Backen: 18 Min.



2.285 kcal  
57 kcal p.P.

glutenfrei

22



## Zutaten

- Vollkorn-Oblaten
- 3 frische Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 80g Dattelpaste oder Honig
- 2 TL Zitronensaft
- 1 TL Vanille
- 1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 180g Kokosraspeln
- 2 EL Sahne (und etwas Kokosmus)
- 2 EL fein gehackte Soft-Aprikosen
- 1 EL Mandelmehl

### Für die Schokolade:

- 2 EL Mandelmus
- 1 EL Back-Kakao
- 1 EL Kakaobutter
- 1 EL Dattelpaste
- Kokosraspeln

# KOKOS-DATTELMAKRONEN

## Zubereitung

- Das Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen.
- Die Dattelpaste (oder Honig) mit Zitronensaft, Vanille und Zitronenschale verrühren.
- Kokosraspeln, Sahne und gehackte Soft-Aprikosen untermischen.
- Dann den steif geschlagenen Eischnee vorsichtig unterheben.
- Wenn die Masse zu weich ist, 1 EL Mandelmehl ergänzen.
- Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf Back-Oblaten geben und auf ein Backblech legen.
- Bei 170 °C Ober-/Unterhitze 15–18 Minuten backen, bis sie leicht goldgelb sind.
- Auf dem Blech auskühlen lassen.
- Für die Schokolade die Kakaobutter bei geringer Hitze schmelzen lassen.
- Mit den restlichen Schokoladen-Zutaten gut vermischen.
- Die Schokolade auf die Makronen träufeln und zum Schluss mit Kokosraspeln verzieren.
- Im Kühlschrank festwerden lassen.

### Tipps:

- Luftdicht verpackt 7 Tage haltbar. Die Makronen lassen sich wunderbar einfrieren.
- Auch köstlich mit gerösteten Mandelstiften in der Masse.
- Wer's fruchtiger mag, ergänzt zusätzlich gehackte Trockenpflaumen oder getrocknete Ananas.





**Menge**  
32 Stück



Aktiv: 40 Min.  
Backen: 15 Min.



2.740 kcal  
78 kcal p.P.

glutenfrei

23



## Zutaten

- 200 g Kokosraspeln
- 160 g Honig
- 2 Eier
- 2 TL Tonka-Gewürz

### Für den Schokoladenüberzug:

- 36 g Kakaobutter oder Butter
- 30 g Honig
- 20 g Back-Kakao
- 30 g Nussmus

# KOKOSHÄPPCHEN

## Zubereitung

- Die Eier und den Honig mit einem Handrührgerät schön schaumig schlagen.
- Kokosraspeln und Tonka hinzugeben und alles gut vermischen.
- Den Teig bei Zimmertemperatur 30 Minuten gehen.
- Backofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
- Mit den Händen feste Kugeln formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
- Kokoshäppchen für ca. 15 Min. backen bis sie anfangen, leicht bräunlich zu werden.
- Für die Schokolade die Kakaobutter langsam schmelzen lassen.
- Den Topf vom Herd nehmen und mit Honig, Back-Kakao und Nussmus gut vermischen.
- Die Plätzchen mit der Schokolade bepinseln.

### Tipps:

- Als zusätzliche Toppings auf der Schokolade eignen sich auch Kokosraspeln, gehackte Mandeln oder getrockneten Erdbeeren.



**Menge**  
20 Stück



Aktiv: 20 Min.



2.190 kcal  
110 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tierereiweißfrei

24



## Zutaten

- 150g Kokosflocken
- 100g Mandelmus (hell)
- 80g Dattelpüree (oder Honig)
- 1 TL Kardamompulver
- 1 EL Honig (optional)
- 50g gemahlene Mandeln
- 4 EL Orangensaft, frisch gepresst

# KOKOS-KARDAMOMKUGELN

## Zubereitung

- Kokosflocken, Mandelmus, Dattelpüree, Kardamom, eventuell Honig und gemahlene Mandeln gut vermischen.
- Aus der Masse mit den Händen kleine Kugeln formen (je ca. walnussgroß).
- Die Kugeln auf Backpapier legen und mindestens 1 Stunde kalt stellen.
- Kühl servieren.

### Tipps:

- Nach Wunsch in gemahlene Mandeln, Getreidekaffee / espressopulver, Fruchtpulver, Kokosflocken oder Kakaopulver wälzen.





**Menge**  
34 Stück



Aktiv: 50 Min.  
Backen: 12 Min.



3.955 kcal (Schoko)  
116 kcal p.P.



## Zutaten

### Für die Lebkuchen:

- 250g Dinkelvollkornmehl
- 100g gemahlene Mandeln
- 1 TL Zimt
- 1 TL Lebkuchengewürz
- ½ TL Natron
- 1 Prise Salz
- 1 Ei
- 100g weiche Butter
- 140g Honig
- 1 TL Zitronenabrieb
- 1 TL Orangenschale, fein gerieben
- 1–2 EL Sahne

### Für die Dattel-Feigen-Füllung:

- 80g getrocknete Datteln
- 50g getrocknete Feigen
- 1 TL Marzipan (optional)
- 1 TL Zitronensaft
- 1 TL Zimt oder Lebkuchengewürz
- 2–3 EL frisch gepresster Orangensaft
- 1 TL Honig und etwas Sahne

# LEBKUCHEN MIT FRUCHTFÜLLUNG

## Zubereitung

- Für den Teig die Butter und Honig in einem Topf sanft erwärmen, bis sich beides verbindet (nicht kochen). Etwas abkühlen lassen.
- Das Ei unterrühren. Dann Gewürze, Zitronen- und Orangenschale hinzufügen.
- Mehl, Mandeln, Natron und Salz vermengen und zur Honigmasse geben. Alles zügig zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
- Ggf. 1–2 EL Sahne unterkneten, falls der Teig zu fest ist.
- Den Teig in Folie wickeln und mindestens 2 Stunden kühl stellen.
- Für die Füllung die Datteln und Feigen mit Wasser/Saft kurz einweichen (10 Min), dann im Mixer oder mit dem Pürierstab zu einer dicken, glänzenden Creme verarbeiten.
- Marzipan, Honig und Gewürze untermischen. Mit Sahne glatt rühren.
- Den Teig ca. 5–6 mm dick ausrollen und runde Taler ausstechen.
- Je 1 Taler auf eine Oblate setzen. Einen Kleks Dattel-Feigen-Füllung mittig aufsetzen und mit einem 2. Taler abdecken. Rundherum gut andrücken.
- Bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen – sie sollen weich bleiben.



## Zutaten

### Für die Eiweiß-Glasur:

- 1 Eiweiß
- 2 TL Honig
- Spritzer Zitronensaft

### Für die Schoko-Glasur:

- 50 g Kakaobutter
- 30 g Mandelmus
- 25 g Back-Kakao
- 20 g Honig
- 1 Msp. Salz
- Vanille

# LEBKUCHEN - GLASUR -

## Zubereitung

- Für die Eiweiß-Glasur das Eiweiß steif schlagen.
- Dann Honig und Zitronensaft unterrühren.
- Die noch warmen Lebkuchen mit der Masse bepinseln.
- Für die Schoko-Glasur die Kakaobutter vorsichtig schmelzen lassen.
- Vom Herd nehmen und mit allen anderen Zutaten vermischen.
- Die (kalten!) Lebkuchen in die Schokolade tunken.
- Kurz im Kühlschrank fest werden lassen.





**Menge**  
32 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 20 Min.



2.590 kcal  
81 kcal p.P.

glutenfrei

27



## Zutaten

- 4 Eiweiß
- 200 g Honig
- 2 TL Tonka
- 2 TL Zimt
- 250 g Haselnüsse, gemahlen
- 4 EL Back-Kakao
- 4 TL Cashewmus

# MANDEL SCHOKOLINIS

## Zubereitung

- Das Eiweiß schön steif schlagen.
- Alle anderen Zutaten miteinander verrühren und am Ende vorsichtig das Eiweiß unterheben.
- Den Teig 2 Stunden im Kühlschrank abgedeckt ruhen lassen.
- Backofen auf 175 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.
- Plätzchen mit 2 Teelöffeln als kleine Häufchen auf Backblättern oder direkt auf das Backpapier setzen.
- Zum Schluss Mandelblättchen aufsetzen.
- Die Plätzchen 20 Minuten backen.



**Menge**  
32 Stück



Aktiv: 15 Min.  
Backen: 15 Min.



1.310 kcal  
36 kcal p.P.

glutenfrei

28



## Zutaten

- 120g Dattelpüree
- 2 EL Mandelmus
- 2 EL Sahne
- 1 EL frischer Zitronensaft
- 1 TL fein abgeriebene Bio-Orangenschale
- 100g Mandelmehl
- 40g gemahlene Mandeln (frisch gemahlen für mehr Aroma)
- 1 geh. TL Zimt
- 1 TL Backpulver
- Zimt

# MANDEL-ZIMTTALER

## Zubereitung

- Dattelpüree mit Mandelmus, Sahne, Zitronensaft und Orangenabrieb glatt verrühren.
- Mandelmehl, gemahlene Mandeln, Zimt und Backpulver separat mischen.
- Trockene Zutaten unter die Dattelmasse rühren – es entsteht ein formbarer, leicht klebriger Teig.
- Den Teig zu kleinen Kugeln rollen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen.
- Anschließend mit einer Gabel (anfeuchten) leicht flach drücken.
- Optional mit Mandelblättchen verzieren (leicht in den Teig drücken).
- Im vorgeheizten Ofen bei 170°C Ober-/Unterhitze ca. 12–15 Minuten backen, bis sie goldgelb sind.
- Nach dem Abkühlen mit Zimt bestreuen.

### Tipps:

- Für das Extra-Aroma: eine kleine Prise Vanille oder Kardamom untermischen.
- Die Plätzchen halten sich 7 Tage in der Keksdose, auch gut einfrierbar.





**Menge**  
25 Stück



Aktiv: 35 Min.  
Backen: 15 Min.



1.860 kcal  
75 kcal p.P.

glutenfrei, tierereiweißfrei

29



## Zutaten

### Für die Haferkekse:

- 150 g Haferflocken
- 80 g Marzipan
- 50 g Mandelmus (hell oder dunkel)
- 2 EL Kokosmus
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Tonka
- Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- 1 EL Leinsamen, gemahlen + 3 EL Wasser (als Ei-Ersatz)
- 50 g gemahlene Mandeln
- 1 Prise Salz

### Zum Bestreichen:

- 2-3 EL Sahne
- 1 TL Honig
- Zimt
- Mandeln gehackt und geröstet

# MARZIPAN-HAFERKEKSE

## Zubereitung

- Den Leinsamen mit Wasser mischen und ca. 10 Minuten quellen lassen.
- In einer großen Schüssel Marzipan, Mandelmus, Kokosmus, Zimt, Tonka, Zitronenabrieb und Salz vermengen.
- Haferflocken, gemahlene Mandeln und Leinsamen-Ei unterrühren. Alles gründlich vermischen, bis ein formbarer Teig entsteht. Falls zu trocken, etwas Wasser oder Sahne hinzufügen.
- Mit einem Esslöffel Portionen abnehmen, zu Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Die Kugeln leicht flach drücken.
- Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 12–15 Minuten backen, bis die Ränder leicht goldbraun sind.
- Nach dem Backen bestreichen. Dafür die Sahne etwas erhitzen. Mit Honig und Zimt verrühren.
- Die Plätzchen großzügig einpinseln.
- Dann mit gehackten, gerösteten Mandeln bestreuen. Leicht andrücken.



**Menge**  
50 Stück



Aktiv: 55 Min.  
Backen: 12 Min.



2.510 kcal  
50 kcal p.P.



## Zutaten

### Für den Teig:

- 250g Dinkelvollkornmehl
- 100g Marzipan
- 100g kalte Butter
- 70g Honig
- 1 Ei
- 1 TL Zimt
- 1 Prise Salz
- 1 TL Vanille

### Für die Glasur:

- 1 Eiweiß
- 50g Honig
- 1 TL Zitronensaft

# MARZIPANSTERNE

## Zubereitung

- Für den Teig das Marzipan grob raspeln.
- Mehl mit Zimt, Salz und Vanille mischen. Die Butter in Stücken, Honig, Ei und Marzipan zugeben.
- Alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. In Folie wickeln und mindestens 1 Stunde kalt stellen.
- Den Teig auf einer bemehlten Fläche ca. 4–5 mm dick ausrollen. Sterne ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
- Im vorgeheizten Ofen bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen, bis die Sterne leicht goldgelb sind. Abkühlen lassen.
- Für die Glasur das Eiweiß mit Honig und Zitronensaft steif schlagen, bis die Masse glänzt und feste Spitzen bildet.
- Die Sterne mit der Glasur bestreichen. Optional mit gehackten Mandeln oder Pistazien bestreuen.
- Die Glasur bei Zimmertemperatur vollständig trocknen lassen (mind. 3 Stunden).

### Tipps:

- Diese Marzipansterne schmecken besonders frisch, wenn sie einen Tag durchziehen dürfen.





**Menge**  
80 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 12 Min.



2.025 kcal  
25 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tierereiweißfrei

31



## Zutaten

- 1 EL Leinsamen, gemahlen + 3 EL Wasser (als Ei-Ersatz)
- 150 g Dattelpüree
- 2 EL Mandelmus (hell oder dunkel)
- 2 EL Kokosmus
- 1 TL Vanille
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Kardamom
- 1/4 TL Tonka
- Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- 1 Prise Salz
- 100 g gemahlene Mandeln
- 50 g Mohn
- 50 g gemahlene Haselnüsse

### Für die Glasur:

- 1 EL Dattelpüree, Zitronensaft, heißes Wasser und Mohn

# MOHN-DATTELHERZEN

## Zubereitung

- Leinsamen mit Wasser mischen und ca. 10 Minuten quellen lassen.
- In einer großen Schüssel Dattelpüree, Mandelmus, Kokosmus, Vanille, Zimt, Kardamom, Tonka, Zitronenabrieb und Salz gut verrühren.
- Gemahlene Mandeln, Mohn, gemahlene Nüsse und das gequollene Leinsamen-Ei unter die feuchte Masse mischen und gut vermengen.
- Den Teig mindestens 1 Stunde im Kühlschrank fest werden lassen.
- Anschließend den Teig auf einer leicht bemehlten (z. B. Buchweizenmehl) Fläche ca. 0,7 cm dick ausrollen. Herzen mit einer Ausstechform ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.
- Im vorgeheizten Backofen bei 160 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen. Die Herzen sollten weich bleiben.
- Für die Glasur Dattelpüree mit etwas Zitronensaft und Wasser glatt rühren und die Plätzchen dünn bestreichen. Mit Mohn bestreuen.
- Komplette auskühlen lassen.



**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 20 Min.  
Backen: 14 Min.



1.365 kcal  
34 kcal p.P.

glutenfrei

32



## Zutaten

- 2 Eier
- 100g Honig
- 60ml Sahne (ggf. mit 1–2 EL Wasser ergänzen, je nach Konsistenz)
- 40g Mohn
- 50g gemahlene Mandeln
- 60g Kokosmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Zimt
- ½ TL Tonka
- 1 Prise Salz
- Etwas Kokosraspeln oder Mohn zum Bestreuen

### Für die Schokotropfen:

- Honig, Back-Kakao und Nussmus nach Geschmack

# MOHN-KOKOSTALER

## Zubereitung

- Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eventuell Oblaten auf einem Blech bereitlegen.
- Eier mit Honig schaumig schlagen, bis die Masse hell und cremig wird.
- Sahne, Mohn, Mandeln und Kokosmehl unterrühren.
- Mit Backpulver, Zimt, Tonka und Salz vermengen, alles zu einem glatten Teig verrühren.
- Teig 10 Minuten ruhen lassen, damit das Kokosmehl Flüssigkeit bindet.
- Mit zwei Löffeln kleine Häufchen auf das Backblech (Backpapier) oder optional auf Oblaten setzen oder ausrollen und mit runder Form Taler ausstechen.
- Für die Schokotropfen Honig, Kakao und Nussmus nach Geschmack mischen. Auf die Mohnaler tupfen.
- Alternativ eine kleine Menge in die Mitte eines Talers geben und zu einer Kugel formen.
- Nach Belieben mit Kokosraspeln oder Mohn bestreuen.
- Ca. 12–14 Minuten backen bis sie leicht goldbraun sind.

### Tipps:

- Die Taler lassen sich gut variieren: statt Tonka passt auch Vanille oder ein Hauch Kardamom.
- Nach dem Auskühlen lassen sie sich in Dosen gut lagern – sie bleiben durch Honig und Mohn schön saftig.





**Menge**  
22 Stück



Aktiv: 60 Min.  
Backen: 12 Min.



2.560 kcal  
130 kcal p.P.



## Zutaten

### Für den Teig:

- 250g Dinkelvollkornmehl
- 50g Mohn
- 1 Prise Salz
- 1/2 TL Vanille oder Tonka
- 100g kalte Butter
- 100g Honig
- 1 Ei

### Für die Kirschfüllung:

- 200g Kirschen (frisch oder tiefgekühlt, entsteint)
- 60g entsteinte Datteln
- 1 EL Zitronensaft

### Für die Glasur:

- 1 EL Honig
- 1 TL heißes Wasser
- Tonka
- Mohn

# MOHNPLÄTZCHEN MIT KIRSCH

## Zubereitung

- Für den Teig Mehl, Mohn, Salz und Vanille mischen. Butter in kleinen Stücken und Honig dazugeben. Ei zugeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten.
- In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde kalt stellen.
- Für die Kirschfüllung die Kirschen, Datteln und Zitronensaft in einen kleinen Topf geben. Bei mittlerer Hitze ca. 10–15 Minuten köcheln, bis die Kirschen zerfallen und die Datteln weich sind. Pürieren und ggf. durch ein Sieb streichen für eine feine Konsistenz. Abkühlen lassen.
- Den Teig auf einer bemehlten Fläche ca. 3–4 mm dick ausrollen. Kreise, Sterne o.ä. ausstechen.
- Die Plätzchenböden auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und bei 175 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen. Abkühlen lassen.
- Jeweils 1 TL Kirschfüllung auf die Plätzchenböden geben. Ein zweites Plätzchen daraufsetzen und leicht andrücken.
- Für die Glasur den Honig mit Wasser und Tonka vermischen. Auf die Plätzchen Oberfläche pinseln. Mit Mohn bestreuen.

### Tipps:

- Die Plätzchen schmecken besonders gut, wenn sie einen Tag durchziehen. Die Füllung hält sich im Kühlschrank mehrere Tage frisch.



**Menge**  
24 Stück



Aktiv: 25 Min.  
Backen: 23 Min.



1.143 kcal  
48 kcal p.P.

tiereiweißfrei

34



## Zutaten

### Für die Flakes:

- 100 g Dinkelvollkornmehl
- 1 EL Honig
- 1 EL Olivenöl
- 50 ml Wasser
- 1 Prise Salz
- Zimt

### Für die Schokoladenmasse:

- 50 g Kakaobutter oder Butter
- 40 g Back-Kakao
- 2-3 EL Honig
- 1 TL Haselnussmus oder Mandelmus
- 1 Prise Salz
- 1 TL Vanille

# SCHOKO-CROSSIES

## Zubereitung

- Alle Zutaten für die Flakes zu einem geschmeidigen Teig vermengen.
- Den Teig mit feuchten Händen oder einem feuchten Löffel dünn auf ein Backblech mit Backpapier streichen.
- Bei 170 °C Ober-/Unterhitze ca. 10 Minuten backen, bis die Masse leicht fest ist.
- In kleine Stücke brechen (zupfen) und nochmals 10-13 Minuten backen, bis sie knusprig sind.
- Die Flakes gut abkühlen lassen, damit sie richtig crunchy werden.
- Für die Schokolade die Kakaobutter bei niedriger Temperatur schmelzen.
- Den Topf vom Herd nehmen. Kakao, Honig, Nussmus, Salz und Vanille einrühren, bis eine glatte Schokoladenmasse entsteht.
- Die Dinkel-Flakes in die flüssige Schokolade geben und vorsichtig unterrühren.
- Mit zwei kleinen Löffeln kleine Häufchen auf Backpapier setzen.
- Die Schoko-Crossies im Kühlschrank für mind. 45 Minuten fest werden lassen.

### Tipps:

- Extra knusprig? Die Flakes nach dem Backen mindestens 30 Minuten ruhen lassen.
- Mehr Aroma? Die Flakes mit einer Prise Zimt oder Vanille verfeinern.
- Noch nussiger? Haselnüsse, Mandeln oder Sesam in die Schokolade einrühren.
- Milder oder intensiver? Mehr oder weniger Kakao nach Geschmack verwenden.





**Menge**  
24 Stück



Aktiv: 45 Min.  
Backen: 20 Min.



7.340 kcal  
305 kcal p.P.



## Zutaten - Teil 1

### Für den Boden:

- 250 g Dinkelvollkornmehl
- ½ TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 100 g weiche Butter
- 100 g Honig
- 1 Ei
- 1–2 EL Sahne
- ½ TL Tonka (oder Zimt)

### Für die Nussmasse:

- 150 g Butter
- 140 g Honig
- 200 g gemahlene Haselnüsse
- 100 g gehackte Haselnüsse oder Mandeln
- 2–3 EL Wasser oder Sahne
- 1 TL Zimt oder etwas Vanille

# SCHOKO-NUSSECKEN

## Zubereitung - Teil 1

- Für den Boden das Mehl mit Backpulver und Salz mischen.
- Butter in Stückchen und Honig zufügen, mit Ei und ggf. etwas Sahne zu einem glatten Teig kneten.
- Teig auf Backpapier zu einem Rechteck (ca. 30×40 cm) ausrollen, auf ein Blech legen.
- Die Nüsse für die Nussmasse vorher in einer Pfanne kurz rösten.
- Dann die Butter und den Honig in einem Topf schmelzen lassen.
- Gehackte/pürierte Trockenfrüchte, Nüsse, Zimt zugeben, mit etwas Wasser/Sahne binden, bis eine streichfähige Masse entsteht.
- Die Masse gleichmäßig auf dem Boden verteilen.
- Für den Mandel-Belag in einem Topf Butter, Honig, Sahne erhitzen und kurz aufkochen bis die Masse leicht dicklich wird. Zum Schluss Mandelblättchen und Vanille unterrühren.
- Auf die Nussmasse streichen.



## Zutaten - Teil 2

### Für den Mandel-Belag:

- 50 g Butter
- 50 g Honig
- 2 EL Sahne
- 70 g Mandelblättchen
- 1 Prise Vanille

### Für die Schoko-Glasur:

- 50 g Kakaobutter
- 20 g Honig
- 25 g Back-Kakao
- 30 g Mandelmus
- 1 Prise Salz

# SCHOKO-NUSSECKEN

## Zubereitung - Teil 2

- Bei 190 °C Ober-/Unterhitze ca. 18–20 Minuten backen, bis der Rand leicht goldbraun ist.
- Ca. 30 Minuten warten bis die Nussecken fast vollständig abgekühlt sind.
- In Rechtecke und dann diagonal zu Dreiecken (ergibt ca. 24 Stück) schneiden.
- Vollständig auskühlen lassen.
- Für die Schokolade die Kakaobutter vorsichtig schmelzen lassen.
- Topf vom Herd nehmen und Honig, Mandelmus und Kakaopulver unterrühren.
- Die Ecken der Nussecken eintauchen oder mit einem Pinsel bestreichen.
- Im Kühlschrank ca. 30 Min. festwerden lassen, dann wieder rausnehmen.

### Tipps:

- Die Nussecken lassen sich 2–3 Wochen in einer Blechdose kühl und trocken lagern.
- Zusätzlich gehackte Trockenfrüchte (Feigen, Aprikosen, Rosinen) oder Sesam unter die Nussmasse mischen – ergibt eine tolle Struktur.





**Menge**  
12 Stück



Aktiv: 15 Min.



810 kcal  
68 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tiereiweißfrei

37



## Zutaten

### Für die Schokolade:

- 1 EL Kakaobutter
- 2 EL Mandelmus
- 1 EL Back-Kakao
- 1 EL Dattelpaste

### Fruchtige Zitronenfüllung:

- 3 EL Dattelpüree
- 2 TL Zitronensaft
- 1 Msp. Vanille
- ½ TL Abrieb Bio-Zitrone
- 1 TL Mandelmus (hell)
- Sahne zum Glattrühren

### Dattel Füllung:

- 80g getrocknete Feigen
- 20g Walnüsse
- 1 TL Zitronensaft
- ½ TL Zimt oder Kardamom
- Sahne zum Glattrühren

# SCHOKOLADEN-TÄFELCHEN

## Zubereitung

- Für die Schokolade die Kakaobutter langsam schmelzen lassen.
- Den Topf vom Herd nehmen und mit Mandelmus, Kakao, Dattelpaste verrühren.
- Etwas die Hälfte der Schokolade in eine entsprechende Silikonform füllen. Den Boden gut bedecken.
- Für ca. 5 Minuten ins Tiefkühlfach geben.
- Währenddessen die Füllungen vorbereiten. Dafür alle Zutaten gut verrühren. Die Masse sollte dick und streichfähig sein.
- Die Füllung mittig auf die Schokoladenböden füllen. Die Ränder frei lassen.
- Mit der restlichen Schokolade übergießen. Alle Seiten sollten gut verschlossen sein.
- Im Kühlschrank festwerden lassen.



**Menge**  
35 Stück



Aktiv: 15 Min.



1.189 kcal  
34 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tiereiweißfrei

38

## Zutaten

- 150g weiche Datteln
- 100g gemahlene Haselnüsse (frisch gemahlen für mehr Aroma)
- 2–3 EL Back-Kakao
- 1 EL Haselnussmus (oder Mandelmus)
- 1 Prise Zimt oder Vanille (oder Glühweingewürz und Kardamon)
- 1 Prise Meersalz
- Optional: 1 TL Orangenabrieb oder 1 TL espressopulver für raffinierte Varianten
- Optional: 2-3 TL Joghurt

### Für das Finish:

- fein gemahlene Haselnüsse
- gehackte Kakaonibs
- Kokosflocken



# SCHOKO-NUSSKUGELN

## Zubereitung

- Die Datteln in warmem Wasser ca. 10 Min. einweichen und gut abtropfen.
- Datteln mit Haselnüssen, Kakao, Haselnussmus, Salz, Zimt (und evtl. Orangenschale/Espresso) in einem leistungsstarken Mixer zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten.
- Die Masse soll klebrig, aber gut formbar sein.
- Mit leicht feuchten Händen kleine Kugeln rollen.
- In Kokosflocken, gemahlene Nüssen oder Kakaonibs wälzen.
- Mindestens 1 Stunde kalt stellen, dann genießen.

### Tipps:

- Statt Haselnüssen kannst du auch Mandeln oder Walnüsse verwenden.
- Für „Raffaello-Style“: Datteln, Kokos, Mandeln – in Kokosraspeln wälzen.
- Für „Lebkuchen-Style“: Etwas Lebkuchengewürz und fein geriebene Orange ergänzen.





**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 35 Min.  
Backen: 12 Min.



2.075 kcal  
52 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tiereiweißfrei

39

## Zutaten

- 1 EL Leinsamen, gemahlen + 3 EL Wasser (als Ei-Ersatz)
- 150 g Dattelpüree
- 50 g Mandelmus (hell oder dunkel)
- 2 EL Kokosmus
- 2 EL Kakaobutter, geschmolzen
- 1 TL Vanille
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Kardamom
- 1/4 TL Tonka
- Abrieb von 1 Bio-Orange
- 100 g gemahlene Mandeln
- 30 g Back-Kakao
- 1 Prise Salz

### Für die Glasur:

- 15 g Kakaobutter
- Fruchtpulver
- Gehackte, geröstete Mandeln



# SCHOKO-ZIMTHERZEN

## Zubereitung

- 1 EL Leinsamen mit 3 EL Wasser mischen und ca. 10 Minuten quellen lassen.
- In einer Schüssel Dattelpüree, Mandelmus, Kokosmus, geschmolzene Kakaobutter, Vanille, Zimt, Kardamom, Tonka und Orangenschale gut verrühren.
- Gemahlene Mandeln und Kakaopulver mit Salz zum Teig geben. Alles gründlich vermischen.
- Das gequollene Leinsamen-Gemisch untermengen.
- Den Teig für mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank stellen, damit er fester wird und sich gut verarbeiten lässt.
- Anschließend den Teig auf einer leicht mit gemahlenden Mandeln bestäubten Fläche ausrollen.
- Herzen ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.
- Im vorgeheizten Ofen bei 160 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen. Die Herzen sollen weich bleiben.
- Für die Glasur Kakaobutter langsam schmelzen lassen. Mit z.B. Lucuma- oder Erdbeerpulver vermischen.
- Auf die Plätzchen pinseln. Mit gehackten, gerösteten Mandeln bestreuen.

### Tipps:

- Alternativ mit Puder aus Datteln (oder Maulbeeren) und Zimt bestäuben.



**Menge**  
42 Stück



Aktiv: 35 Min.  
Backen: 12 Min.



2.480 kcal  
60 kcal p.P.

40



## Zutaten

- 100 g Butter (weich)
- 90 g Honig
- 1 Ei (M)
- 250 g Dinkelvollkornmehl
- ½ TL Backpulver
- 40 g gemahlene Mandeln
- 40 g gemahlene Haselnüsse
- 1–2 TL Spekulatiusgewürz (oder Mischung: Zimt, Nelke, Kardamom, Ingwer, Tonka)
- 1 Prise Salz
- 1–2 EL Sahne
- Etwas Sahne und Wasser zum Bestreichen

# SPEKULATIUS

## Zubereitung

- Butter und Honig cremig rühren, Ei unterrühren. Mehl, Backpulver, Nüsse, Gewürz und Salz mischen, zur Buttermasse geben. Kurz zu einem glatten Teig kneten. Falls zu trocken, 1–2 EL Sahne ergänzen.
- Den Teig in Folie wickeln und mind. 1 Stunde kühlstellen.
- Mandeln und Haselnüsse in einer Pfanne vorsichtig rösten.
- Den Teig 4–5 mm dick ausrollen, mit Spekulatiusformen oder Ausstechern Plätzchen ausstechen. Auf ein Blech mit Backpapier legen.
- Sahne mit etwas Wasser mischen und die Plätzchen vor dem Backen bepinseln.
- Bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 10–12 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.
- Auf dem Blech kurz auskühlen, dann auf Gitter legen (sie härten noch nach).

### Tipps:

- Für den typischen Knusperereffekt den Teig eher dünn ausrollen und die Plätzchen gut ausbacken.





**Menge**  
15 Stück



Aktiv: 15 Min.



1.641 kcal  
109 kcal p.P.

glutenfrei, vegan, tiereiweißfrei

41

## Zutaten

- 100g Mandelstifte (leicht geröstet)
- 40g Kokosraspeln
- 1 Msp. Tonkabohne

### Für die weiße Schokolade:

- 60g Kakaobutter
- 30g Mandelmus
- 1 EL Dattelpüree (oder Honig)
- ½ TL Vanille



# WEISSE KOKOS-MANDELSPLITTER

## Zubereitung

- Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, abkühlen lassen.
- Für die Schokolade in einem kleinen Topf die Kakaobutter vorsichtig schmelzen lassen.
- Vom Herd nehmen. Mandelmus, Dattelpüree oder Honig und Vanille unterrühren.
- Kokosraspel, Mandelstifte und Tonka in einer Schüssel vermengen.
- Die geschmolzene Schokolade darübergeben und alles gut verrühren.
- Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf ein Backpapier setzen.
- Im Kühlschrank mind. 1 Stunde fest werden lassen.

### Tipps:

- Die Mandel-Splitter lassen sich auch gut einfrieren.



**Menge**  
32 Stück



Aktiv: 40 Min.  
Backen: 25 Min.



3.960 kcal  
120 kcal p.P.



## Zutaten

### Für den Teig:

- 100 ml Sahne-Wasser-Mix
- ½ Würfel frische Hefe
- 70 g Honig
- 500 g Dinkelvollkornmehl
- 1 TL Salz
- 1 Ei + 1 Eigelb
- 70 g weiche Butter
- 50 g Schmand
- ½ TL Vanille oder Tonka oder Zimt

### Für die Füllung:

- 70 g weiche Butter
- 70 g Honig
- 2–3 TL Zimt
- 50 g gehackte Nüsse (geröstet) oder Rosinen

### Für die Glasur:

- 1 Eiweiß + 2 TL Honig
- Mandelblättchen (optional)
- Etwas zerlassene Butter

# ZIMTSCHNECKEN

## Zubereitung

- Sahne-Wasser-Mix leicht erwärmen (handwarm), Honig einrühren, die Hefe darin auflösen.
- Mehl, Salz, Ei, Eigelb, Butter, Schmand, Gewürze in eine Schüssel geben. Hefemilch dazu.
- Ca. 8–10 Min. kneten, bis ein glatter, weicher, leicht klebriger Teig entsteht.
- Abgedeckt an einem warmen Ort 1–1,5 Std. gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
- Den Teig auf einer bemehlten Fläche ca. 40 × 30 cm ausrollen. Mit Butter bestreichen, Honig gleichmäßig verstreichen, Zimt und Nüsse/Rosinen darüberstreuen.
- Den Teig von der langen Seite eng aufrollen und in ca. 3 cm breite Stücke schneiden. In eine gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Form setzen (leichter Abstand).
- Nochmals 30 Min. gehen lassen.
- Für die Glasur das Eiweiß mit 2 TL Honig leicht schaumig schlagen. Die Zimtschnecken leicht bestreichen. Auf Wunsch mit Mandelblättchen bestreuen.
- Bei 175 °C Ober-/Unterhitze 20–25 Min. backen, bis sie goldbraun sind.
- Wer es extra saftig möchte, kann sie direkt warm noch mit etwas flüssiger Butter bepinseln.





**Menge**  
60 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 15 Min.



1.705 kcal  
28 kcal p.P.



## Zutaten

- 2 Eiweiß
- 1 Prise Salz
- 120g Honig
- 150g gemahlene Mandeln
- 2-3 TL Zimt
- 1 Msp. Vanille
- Optional: etwas Tonka oder Zitronenschale für eine frische Note
- 100g Dinkelvollkornmehl

### Für die Glasur:

- 2 Eiweiß
- 2-3 TL Honig
- Zimt
- Mandelsplitter
- Maulbeeren fein mixen mit Kakao, Zimt, Tonka

# ZIMTSTERNE

## Zubereitung

- Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Honig nach und nach einfließen lassen und weiterschlagen, bis die Masse glänzt. Dann Mandeln, Zimt, Vanille und das Mehl unterheben.
- Zu einem weichen, aber formbaren Teig verarbeiten. Falls zu klebrig: etwas Mehl zugeben.
- Den Teig ca. 1 Stunde kühl stellen.
- Den Teig ausrollen. Sterne ausstechen und auf ein Backblech setzen.
- Für die Glasur das Eiweiß mit Honig kurz schaumig rühren, aber nicht steif schlagen. Die Sterne der Hälfte der Glasur bestreichen (einfach mit dem Pinsel oder Teelöffel verteilen).
- Auf Wunsch mit Mandelsplittern bestreuen.
- Im vorgeheizten Ofen bei 160°C Ober-/Unterhitze ca. 12-15 Minuten backen. Die Glasur soll hell bleiben, die Sterne weich und saftig – lieber etwas kürzer backen!
- Währenddessen den Rest der Glasur weiter steif schlagen.
- Maulbeeren fein mixen und mit Kakao, Zimt, Tonka mischen. Die gebackenen Plätzchen mit der Maulbeer-Mischung bestreuen. Anschließend vorsichtig das steif geschlagene Eiweiß aufsetzen.

### Tipps:

- Die Zimtsterne sind innen weich und aromatisch – sie lassen sich gut 1-2 Wochen lagern, am besten in einer Dose mit einem Stück Apfelschnitz.



**Menge**  
40 Stück



Aktiv: 30 Min.  
Backen: 12 Min.



2.240 kcal  
65 kcal p.P.



## Zutaten

- 250g Dinkelvollkornmehl
- 1 Prise Salz
- 1 TL Vanille
- 150g kalte Butter
- 90g Honig
- 1 Eigelb (M)
- 1–2 TL Zitronenabrieb

### Für die Glasur:

- 1 EL Honig
- 1 TL heißes Wasser
- Zitronenabrieb
- Vanille
- gemahlene Nüsse (oder Maulbeeren)
- Zimt

# ZITRONEN-BUTTERPLÄTZCHEN

## Zubereitung

- Mehl mit Salz und Vanille vermischen. Butter in kleinen Stücken zugeben und mit den Händen oder einem Knethaken krümelig rühren. Dann Honig, Eigelb und Zitronenabrieb zugeben und rasch zu einem glatten Mürbeteig verkneten.
- Den Teig in Folie wickeln und mindestens 1 Stunde kühlen.
- Den Teig portionsweise auf etwas Mehl oder zwischen zwei Backpapieren ca. 5 mm dick ausrollen. Nach Belieben Figuren ausstechen.
- Auf ein Blech mit Backpapier legen und im vorgeheizten Ofen bei 170 °C Ober-/Unterhitze ca. 10-12 Minuten backen, bis die Ränder leicht goldgelb sind.
- Für die Glasur Honig mit heißem Wasser, Zitronenabrieb und etwas Vanille verrühren. Die Plätzchen mit der Glasur bepinseln.
- Mit einer Mischung aus gemahlene Nüssen (oder Maulbeeren) und Zimt bestreuen.

### Tipps:

- Alternativ mit selbstgemachter Schokolade bestreichen.
- Die Plätzchen abkühlen lassen. Dann 30 g Kakaobutter langsam schmelzen lassen und mit 15 g Kakaopulver und 2 TL Honig verrühren. Die Plätzchen mit der Schokolade bepinseln.





**Menge**  
20 Stück



Aktiv: 20 Min.  
Backen: 14 Min.



1.823 kcal  
91 kcal p.P.

glutenfrei

45

## Zutaten

- 50g Butter (weich)
- 60g Honig
- 1 Ei
- 1–2 TL Zitronensaft
- Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- ½ TL Vanille
- 150g Mandelmehl
- 40g Kokosmehl
- 1 Prise Salz

### Für die Füllung:

- 3 EL Dattelpüree
- 2 TL Zitronensaft
- 1 Msp. Vanille
- ½ TL Abrieb Bio-Zitrone
- 1 TL Mandelmus (hell)
- Optional: 1 Msp. Kurkuma für Farbe
- Optional: ½ TL Lucuma-Pulver für cremigere Konsistenz



# ZITRONEN-MANDELPLÄTZCHEN

## Zubereitung

- Für den Teig die weiche Butter mit Honig verrühren. Ei und Zitronensaft unterrühren, dann die Zitronenschale und Vanille zugeben. Mandelmehl, Kokosmehl sowie Salz dazugeben.
- Alles gut verkneten, bis ein formbarer Teig entsteht.
- Den Teig abgedeckt für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
- Danach den Teig auf etwas Mehl ausrollen und in z.B. Rechtecke ausstechen.
- Für die Füllung alle Zutaten gut verrühren. Die Masse sollte dick und streichfähig sein. Falls sie zu weich ist, ½ TL Mandelmehl unterrühren.
- Auf eine Plätzchenhälfte ca. ½ TL Füllung geben, mit zweiter Plätzchenhälfte bedecken und die Ränder leicht andrücken.
- Plätzchen mit gehackten Pistazien, Zitronenabrieb oder Fruchtpulver toppen.
- Auf Backpapier setzen und bei 170 °C Ober-/Unterhitze ca. 12–14 Minuten backen.
- Abkühlen lassen.



# Noch mehr leckere Rezepte...

Wirf einen Blick in meine anderen Kochbücher und lass dich faszinieren von zahlreichen weiteren köstlichen, vollwertigen Rezepten.

[www.antjebrand.de/kochbuecher](http://www.antjebrand.de/kochbuecher)



## Natürlich Naschen

60 kreative, zuckerfreie Leckereien für die ganze Familie – ohne raffinierten Zucker, dafür mit natürlichen Zutaten voller Vitalstoffe. Von fruchtigen Snacks bis süßen Backideen: gesund naschen ohne Verzicht.

## Power Food für jeden Tag

60 Rezepte für Müsli, Porridge, Smoothies & Snacks. Schnell, nahrhaft und lecker – perfekt zum Frühstück, als Snack oder nach dem Sport. Dein Begleiter für mehr Energie und Wohlbefinden.

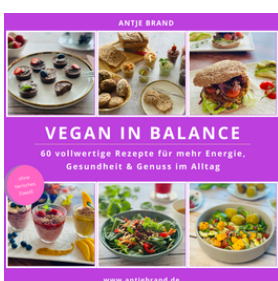


## Vegetarisch genießen

60 einfache, vollwertige Hauptgerichte – von herzhaften Kartoffel-, Nudel- und Reisgerichten über Aufläufe bis hin zu Suppen und Bratlingen. Leicht, abwechslungsreich und köstlich für jeden Tag.

## Frischkost Liebe

60 schnelle Rezepte für Salate, Smoothies & mehr – ideal zum Detoxen, für Energie und figurbewusste Ernährung. Frisch, vitalstoffreich und abwechslungsreich genießen.



## Vegan in Balance

60 vegane Rezepte – von Frühstück bis Dessert, frei von tierischem Eiweiß, Fabrikzucker und Ersatzprodukten. Vollwertig, naturbelassen und alltagstauglich. Für mehr Gesundheit und bewussten Genuss.



Du willst mehr?

[www.antjebrand.de](http://www.antjebrand.de)



Antje Brand

**BODYCOACHING**

*"Gesunde Ernährung  
darf lecker sein!"*

Antje Brand

