

KNUSPER-KEKSE

Ergibt ca 3 Bleche	... ca. 2 Bleche	... ca. 1 Blech	
500 g	340g	170g	Sonnenblumenkerne
250 g	170g	84 g	Gehackte Nüsse (Mandeln)
200 g	150 g	66 g	Brauner Zucker
3	2	1	Ei

Die Eier mit Zucker schaumig schlagen

Die zerkleinerten Nüsse zufügen und gut verrühren

mit dem Teelöffel kleine Häufchen auf das Backblech setzen

bei 170°C im vorgeheizten Backofen ca 8-10 Min backen

oder bei 160°C ca 18-20 Min. backen bis sie beginnen am Rand braun zu werden.

Als Alternative zu Sonnenblumenkernen und / oder Mandeln können auch andere Keime / Saaten / Nüsse verwendet werden.

Am besten die Nüsse mit einem Fleischklopfer zerkleinern, mit dem elektr. Mixer werden die Nüsse zu matschig.