

Haselnuss-Kürbiskern-Küsschen mit Pflaumenmarmelade

Kerne, Nüsse, volles Korn und die fruchtige Süße der Pflaume – diese gesunden Weihnachtskekse können Groß und Klein mit gutem Gewissen naschen!



Bild: Ariane Bille für BVE0

Haselnuss-Kürbiskern-Küsschen mit Pflaumenmarmelade

🕒 60 Min. 🍴 Mittel 🌱 Vegetarisch



Bild: Ariane Bille für BVEO

Zubereitung:

Haselnüsse und Kürbiskerne hacken und in einer Pfanne ohne Fett etwa 2–3 Min. leicht rösten, bis es duftet.

Die Hälfte der Haselnuss-Kürbiskernmischung auf einem Teller beiseite stellen.

Die andere Hälfte zusammen mit den Dinkelflocken mit einer elektrischen Kaffeemühle, oder in einem guten Standmixer, zu einem leicht groben Mehl verarbeiten. Zusammen mit Dinkel-Vollkornmehl, Backpulver, Zimt, Meersalz und Vanillezucker in eine Schüssel geben und gut vermischen.

Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.

Ei trennen und das Eiweiß für später in einer kleinen Schüssel beiseite stellen. Eigelb, Honig und Haselnussmus vermischen und in die Schüssel zu den trockenen Zutaten geben. Mit den Händen gut verkneten und 18 Bällchen formen. Bällchen in Eiweiß tunken, abtropfen lassen und dann in der restlichen Haselnuss-Kürbiskernmischung wälzen. Auf das Blech legen und mit dem Daumen kleine Mulden hineindrücken. Mulden mit Pflaumen oder Sauerkirschmarmelade befüllen. Im Backofen auf mittlerer Schiene etwa 12–15 Min. backen. Anschließend auskühlen lassen und ohne Reue genießen.

Tipp: Luftdicht verschlossen an einem kühlen Ort lagern.



Bild: Ariane Bille für BVEO

Zutaten für 4 Portionen

- Zutaten für 18 Kekse:
- 70 g Haselnüsse
- 50 g Kürbiskerne
- 85 g Dinkelflocken (Zartblatt)
- 60 g Dinkel-Vollkornmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Ceylon-Zimt
- 1 Prise Meersalz
- 1 Pck. Bourbon-Vanillezucker
- 1 Ei (Größe M)
- 80 g Lindenblütenhonig
- 80 g Haselnussmus
- 18 TL Pflaumen- oder Sauerkirschmarmelade
-