

Rezept Nervenkekse

Nach der heiligen Hildegard von Bingen

200 gr. weiche Butter
125 gr. Vollrohrzucker
2 Eier
1 Prise Salz
12 gr. Zimt
12 gr. Muskat
3 gr. Nelkenpulver
200 gr. Gemahlene Mandeln
•
300 gr. Mehl
2 gestr. TL Backpulver

Vegane Variante

150 gr. Pflanzenbutter
120 gr. Vollrohrzucker
1 Prise Salz
10 gr. Zimt
10 gr. Muskat
2 gr. Nelkenpulver
100 g. gemahlene Mandeln
•
140 g Dinkelmehl
1 gestr. TL Backpulver

Glutenfrei/stärkefrei

2 Eier
100 gr. Zucker
1EL (Soya)Joghurt
1 Prise Salz
10 gr. Zimt
10 gr. Muskat
2 gr. Nelkenpulver
200 gr. gemahlene Mandeln
50 gr. Schoggistückli
•
50 gr. Mandelmehl entölt
1 Prise Natron

Alles gut verrühren • Mehl und Backpulver sieben und dazugeben.

Kühl stellen. Plätzchen formen oder den Teig auf das Blech streichen und nach dem Backen in Stücke schneiden.

Bei 200 °C ca. 10 Min. backen (die glutenfreie Variante etwas länger).

Hinweis: Im Originalrezept ist die Gewürzmenge höher. Hildegard von Bingen sagt: Iss diese Kekse oft, und alle Bitterkeit deines Herzens verschwindet und deine Gedanken weiten sich, dein Denken wird froh, deine Sinne rein, alle schadhaften Säfte werden vermindert, und es gibt guten Saft deinem Blut und macht dich froh. Der Hildegard-Arzt Dr. Herztka empfiehlt: Iss von diesen Plätzchen so 4-5 Stück und hüte sie vor den Kindern, sonst werden sie noch schlauer.

Viel Spass!

