



Haferflocken-Nussmus-Kekse

Zutaten für ca. 15 Kekse

- 2 EL (geschrotete) Leinsamen
 - Ca. 4 EL Wasser
 - 2 EL Pflanzenöl (z.B.: Olivenöl)
 - 120ml Milch (oder pflanzliche Alternative)
 - 80ml Ahornsirup
 - 60g Nussmus
 - 200g Vollkornmehl
 - 110g Haferflocken
 - Etwas Vanille
- Optional:
- 100g (dunkle) Schokolade
 - 1 TL Kokosfett



Mehr Rezeptideen
findest du hier 😊

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180°C vorheizen.
2. Zuerst die Leinsamen in einem Glas mit dem Wasser verrühren und für etwa 10 Minuten quellen lassen.
3. In einer großen Schüssel Öl, Milch, Ahornsirup und Nussmus vermengen.
4. Danach Mehl, Haferflocken, Vanille und Leinsamen dazu geben und alles gut verrühren.
5. Die Menge in etwa 15 gleichgroße Kugeln formen. Diese auf einem, mit Backpapier ausgelegten, Backblech auflegen und flachdrücken.
6. Etwa 10-15 Minuten backen und dann auskühlen lassen.

Optional:

1. Wenn die Kekse ausgekühlt sind, die Schokolade mit dem Kokosöl in einem Wasserbad schmelzen. Die geschmolzene Schokolade auf einer Seite der Kekse verteilen.
2. Die fertigen Kekse nochmal (im Kühlschrank) auskühlen lassen, bis die Schokolade fest geworden ist.