

Bio-Rittergut Rittmeyer

Ferien-, Bildungs-, Gesundheitszentrum
Erste Sächsische Bioland-Vollwert-Mühlenbäckerei
Unikat-Verlag, Bücher Versand
Inhaber: Ingo F. Rittmeyer, Diplom-Agraringenieur
D-04519 Rackwitz, OT Kreuma Nr. 29
Telefon 034294-73 110, Fax 73 112
DE-006 Öko-Kontrollstelle

Rezept: Haferplätzchen

Aufgezeichnet von Ingo F. Rittmeyer
nach Angaben unserer Praktikantin Katina Schröter

Die sehr einfach zu backenden Haferplätzchen wurden anlässlich unseres Hoffestes sehr gut verkauft.

Zutaten aus unserem Hofladen, natürlich alles aus kontrolliert biologischer Erzeugung:

2 Becher Bio-Nackthafer frisch gequetscht

2 Becher frisch gemahlener Bio-Weizen

2 Becher Bio-Kokosraspeln

1 Becher Bio-Bienenhonig

½ Stück Bio-Butter

evtl. nach Bedarf etwas heißes Wasser

So wird's gemacht:

Die Butter und den Bienenhonig unter 40 Grad schmelzen lassen.

Nebenher den Nackthafer quetschen und den Weizen fein mahlen. Die Getreide und die Kokosflocken unter die geschmolzene Butter und den Bienenhonig mischen und kneten.

Den Teig bei Küchentemperatur etwas ruhen lassen, damit Butter und Bienenhonig in das Getreide ziehen kann. Die Plätzchen schmecken dann nicht so „roh“.

Vor dem Backen nochmals kneten. Falls der Teig zu steif ist, etwas heißes Wasser dazugeben, bis der Teig so fest bleibt, dass die Haferplätzchen auf dem Blech stehen bleiben und bei Hitze nicht breit laufen.

Hat der Teig die richtige steife Konsistenz, mit einem Eßlöffel die Hefepätzchen portionieren und in Abständen auf ein gefettetes Blech legen.

Währenddessen den Backherd auf 150 bis 200 Grad vorheizen und die Plätzchen bei ca. 150 Grad backen, so dass die Spitzend der Hefepätzchen nicht zu braun werden.

Es genügt, wenn die Hefepätzchen nicht ganz trocken, sondern nur so fest werden, dass man sie greifen kann, ohne klebrige Finger zu bekommen.