



Junior Slow

Karlsruhe e.V.

Knusper Taler

Zutaten:

70g	Sonnenblumenkerne
70g	Sesam
200g	Honig
75g	Butter
200g	Haferflocken
$\frac{1}{2}$ TL	Vanillezucker
$\frac{1}{2}$ TL	Zimt

Zubereitung:

Sonnenblumenkerne und Sesam in der Pfanne ohne Fett rösten, bis der Sesam springt. Nun Honig und Butter in einem Topf bei niedriger Temperatur schmelzen lassen.

Haferflocken, Sesam, Sonnenblumenkerne, Zimt und Vanillezucker dazugeben und alles gut verrühren.

Mit zwei Teelöffeln kleine Kekse formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben.

Backtemperatur: 175 Grad
Backzeit: 20 Minuten