

Rezept

Franzis Glücksknöpfe mit Chiasamen

Ein Rezept von Franzis Glücksknöpfe mit Chiasamen, am 28.06.2026

Zutaten

FÜR DEN TEIG:

20 g Chia-Samen	50 g Zartbitterkuvertüre (mind. 60 % Kakaoanteil)
3 Eiweiß (M)	185 g Puderzucker
Salz	145 g gemahlene Mandeln
100 g gemahlene Haselnusskerne	1 TL Zimtpulver
4 EL Kakaopulver (ca. 20 g)	1 TL abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
1 TL geriebener Ingwer	

AUSSERDEM:

60 g Zucker zum Wälzen	1 Cookiestempel (ca. 5 cm Ø)
1 Zahnstocher	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 60 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min

Zubereitung

1. Am Vortag für den Teig Chiasamen im Blitzhacker fein schroten. Die Kuvertüre fein reiben. Eiweiße mit Puderzucker und 1 Prise Salz ca. 5 Min. aufschlagen, dabei am besten mit der Küchenmaschine arbeiten.
2. Dann Mandeln, Haselnüsse, Zimt und Chiasamen zum Eischnee geben und das Kakaopulver darübersieben. Alles gut mit dem Eischnee verrühren. Zuletzt die geriebene Kuvertüre, die Zitronenschale und den Ingwer dazugeben. Die Masse zugedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.
3. Am nächsten Tag den Backofen auf 180° (Umluft) vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier auslegen. Aus der Masse mit einem Löffel Kugeln abstechen, eventuell von Hand etwas nachformen und in Zucker wälzen. Dann mit einem Cookie-Stempel ca. 5 mm flach drücken. (Alternativ mit der Hand flach drücken und mit einer Flaschenöffnung eindrücken.) Mit dem Zahnstocher 2 oder 4 Löcher einstanzen, damit die Cookies wie Knöpfe aussehen.
4. Die Cookies im Ofen auf Sicht ca. 10 Min. backen. Herausnehmen, mit dem Backpapier vom Blech ziehen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.