

Rezept

# Walnusskekse

Ein Rezept von Walnusskekse, am 28.04.2025

## Zutaten

|                                    |                               |
|------------------------------------|-------------------------------|
| <b>50 g</b> Leinsamen              | <b>70 g</b> Walnusskerne      |
| <b>20 g</b> getrocknete Apfelringe | <b>30 g</b> Rosinen           |
| <b>100 g</b> Apfelmus              | <b>1</b> Ei                   |
| <b>1 TL</b> Honig                  | <b>1 Prise</b> Salz (mit Jod) |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 24 Kekse | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 40 kcal, 3 g F, 1 g EW, 3 g KH

## Zubereitung

1. Die Leinsamen zusammen mit der Hälfte der Walnusskerne im Blitzhacker fein hacken. Apfelringe und Rosinen hacken. Den Leisamen-Walnuss-Mix, die Apfelringe und die Rosinen mit Apfelmus verrühren und mind. 2 Std. quellen lassen.
2. Das Ei trennen, Eigelb mit Honig cremig rühren und unter den Apfelmusmix rühren. Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen, unterziehen. Den Backofen auf 140° (Umluft) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit zwei Teelöffeln ca. 24 Teig-häufchen daraufsetzen. Übrige Walnüsse hacken und aufstreuen. Im Ofen (Mitte) 20-30 Min. backen.