NERVENKEKSE

Diese Plätzchen halten das, was sie versprechen. Sie sind nicht als Nascherei gedacht – sondern sie unterstützen bei Konzentrationsschwäche und Durchblutungsstörungen. Du darfst nicht mehr als 4 bis 5 Stück am Tag davon essen. Ganz bestimmt helfen sie Dir durch die stressige Vorweihnachtszeit. Danach natürlich auch jederzeit.
Oder wie Hildegard von Bingen dazu sagte:

Iss diese oft und alle Bitternis deines Herzens und deiner Gedanken weiten sich, dein Denken wird froh, deine Sinne rein, alle schadhaften Säfte in dir minderer, es gibt guten Saft deinem Blut und macht dich stark.

10 g Muskat *** 25 g Zimt *** 5 g gemahlene Nelken
500 g Dinkelmehl *** 250 g Butter *** 2 Eier
150 g Tante Fines Honig

ZUBEREITUNG

1. Alle Zutaten zu einem Teig verkneten und 30 Minuten kalt stellen.
2. Backofen auf 180 °C vorheizen.
3. Teig auf einem Brett mit einem Nudelholz ca. 5mm dünn ausrollen und Plätzchen ausstechen.
4. Im vorgeheizten Backofen ca. 15-20 min. hell backen.
Wenn die Kekse zu dunkel werden, schmecken sie bitter.