



**farmgoodies**  
So entsteht das Gute

## FARMGOODIES HANFKEKSE

Erstellt am 23.11.2021

🕒 30min 🌱 vegetarisch 🍴 leicht

Zur Weihnachtszeit mit Mühlviertler Superfood backen. Hanfmehl, Leinmehl und Kürbiskernmehl lassen sich bestens in den Kekserlteig dazumischen. Genauso wie Hanfnüsse.



### Zutaten:

- 100 g Bio-Hanfmehl
- 100 g Dinkel- oder Weizenvollkornmehl
- 100 g vegane Margarine oder Erdnussmus
- 70 g Birkenzucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Messerspitze Backpulver
- 1 Prise Salz
- 6 EL Hafer- oder Sojamilch
- 25 g Hanfnüsse
- 60 g vegane Schokolade

### Zubereitung:

Alle Zutaten bis auf Hanfnüsse und Schokolade in eine Schüssel geben und zu einem schönen Teig verrühren. Schokolade hacken und gemeinsam mit den Hanfnüssen dem Teig unterheben. Backblech mit Backpapier auslegen. Rundliche Cookies formen, auf das Backblech legen und mit den Fingern noch etwas plattdrücken. Bei 160°C ca. 15-20 min backen, auskühlen lassen und **genießen!** 🍪

2026 © All Rights Reserved