



vegane Dinkel-Kürbis-Sterne

Zutaten

- 100 g Kürbiskerne
- 1 Stück(e) reife Banane (ca. 60 g)
- 150 g pflanzliche Margarine
- 50 g Kokosblütenzucker
- 250 g Dinkelmehl Type 630
- 50 g Kokosmehl
- 1.5 Teelöffel Backpulver
- 1 Prise(n) keltisches Meersalz
- 3 Esslöffel pflanzliche Sahne-Alternative

Kochzeit: 2 h

Gesamtzeit: 2 h

Portionen: 1

Zubereitung

1.

Hacke die Kürbiskerne fein und stelle 3 EL davon für die Dekoration beiseite.

2.

Zerdrücke die Banane mit einer Gabel zu einem feinen Mus.

3.

Schlage die pflanzliche Margarine mit dem Handrührgerät cremig auf.

4.

Gib die zerdrückte Banane und den Kokosblütenzucker zur Margarine und rühre die Mischung auf höchster Stufe durch, bis sich der Kokosblütenzucker aufgelöst hat.

5.

Mische in einer zweiten Schüssel die gehackten Kürbiskerne, Dinkel- und Kokosmehl, Backpulver sowie keltisches Meersalz.

6.

Gib die Mehlmischung esslöffelweise zur Margarine-Mischung hinzu und knete sie mit den Knethaken des Handrührgeräts zügig unter.

7.

Forme den Teig zu einer Kugel, wickle ihn in Frischhaltefolie und stelle ihn im Kühlschrank für 1 Stunde kalt.

8.

Heize den Backofen auf 155 °C Umluft vor und kleide zwei Backbleche mit Backpapier aus.

9.

Rolle den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 4–5 mm dick aus,
stich mit Plätzchenformen Sterne aus und lege sie vorsichtig auf
das Backblech.

10.

Bestreiche die Sterne dünn mit pflanzlicher Sahne-Alternative und
bestreue sie mit den restlichen gehackten Kürbiskernen.

11.

Backe die Sterne im Ofen 15–20 Minuten goldbraun und lasse sie
nach dem Backen vollständig auskühlen.