



Lukullische Zeitreise: Süße Rezepte

Keltenkringel

mit Honig und Mohn für ca. 30 Kringel

Kelten

400g Dinkelvollkornmehl
250g Honig
15g Mohn (gemahlen)
2 Eier
21g Hefe (1/2 Block Frischhefe)
Weizenmehl nach Bedarf

Zubereitung:

aus allen Zutaten einen Teig anrühren, gut durchkneten und für ca. 1 Stunde warm stellen. Danach mit einem Esslöffel zu walnussgroßen Bällchen von jeweils ca. 40g formen. Auf einer mit Weizenmehl bestreuten Arbeitsfläche flachdrücken. Anschließend mit einem Stiel eines Holzkochlöffels mittig durchbohren und die Kringel dann auf einem Backblech für ca. 20-22 Min. bei ca. 200° in den vorgeheizten Backofen geben.

Viel Spaß beim Backen und Kochen und Guten Appetit
wünscht Euch das Zeitreise-Team