

Tu dir Gutes, gönn' dir G'sundes & genieße dabei ohne schlechtem Gewissen!



## Frauenmantelcookies

**adaptierbar für den Zyklus**

entdeckt bei feminine food

das empfehlenswerte Buch dazu: "Eat like a woman"

Zutaten:

- 150 g Kokosblütenzucker
- 200 g vegane Margarine oder Kokosöl
- 100 g Hafermilch
- 2 Tropfen Bittermandelaroma (das habe ich weggelassen)
- 200 g Dinkelvollkornmehl
- 1 TL Weinsteinbackpulver
- 1 Prise Natron
- 250 g Walnüsse für die Zeit des Aufblühens / **Cashewnüsse** für die Zeit des Loslassens
- 1 Prise Zimt
- Schale einer Biozitrone

Alles mit Liebe mischen (Zucker mit Margarine im Topf schmelzen lassen, den Rest dazu)

Nüsse & Frauenmantel klein hacken und auch dazu mischen.

Teighäufchen im Backrohr bei 180° 12 Minuten backen.