

Nerven Kekse oder Intelligenzplätzchen

Nach Hildegard von Bingen



**„Wenn ein Mensch Muskatnuß ißt,
öffnet es sein Herz und putzt seine
Sinnesschärfe und trägt ihm etwas
Geniales ein.“**

**„Nimm Muskatnuß und einen
gleichen Gewichtsanteil Zimtrinde
und eine kleine Menge
Gewürznelke. Das mach zu Pulver.
Aus diesem Pulver mach mit
Feinmehl und ein wenig Wasser
Plätzchen und esse diese oft.
Das bringt alle Bitterkeit des
Herzens und deiner Gesinnung zur
Ruhe und öffnet dein Herz und
deine Sinne und macht deine
Stimme heiter.
Es reinigt deine Sinnesorgane und
mindert in dir alle Schadsäfte und
liefert deinem Blut eine gute
Säftezusammensetzung und macht
dich leistungsfähig.“**

Nerven Kekse oder Intelligenzplätzchen

Nach Hildegard von Bingen



**„Wenn ein Mensch Muskatnuß ißt,
öffnet es sein Herz und putzt seine
Sinnesschärfe und trägt ihm etwas
Geniales ein.“**

**„Nimm Muskatnuß und einen
gleichen Gewichtsanteil Zimtrinde
und eine kleine Menge
Gewürznelke. Das mach zu Pulver.
Aus diesem Pulver mach mit
Feinmehl und ein wenig Wasser
Plätzchen und esse diese oft.
Das bringt alle Bitterkeit des
Herzens und deiner Gesinnung zur
Ruhe und öffnet dein Herz und
deine Sinne und macht deine
Stimme heiter.
Es reinigt deine Sinnesorgane und
mindert in dir alle Schadsäfte und
liefert deinem Blut eine gute
Säftezusammensetzung und macht
dich leistungsfähig.“**

Nerven Kekse oder Intelligenzplätzchen

Nach Hildegard von Bingen



**„Wenn ein Mensch Muskatnuß ißt,
öffnet es sein Herz und putzt seine
Sinnesschärfe und trägt ihm etwas
Geniales ein.“**

**„Nimm Muskatnuß und einen
gleichen Gewichtsanteil Zimtrinde
und eine kleine Menge
Gewürznelke. Das mach zu Pulver.
Aus diesem Pulver mach mit
Feinmehl und ein wenig Wasser
Plätzchen und esse diese oft.
Das bringt alle Bitterkeit des
Herzens und deiner Gesinnung zur
Ruhe und öffnet dein Herz und
deine Sinne und macht deine
Stimme heiter.
Es reinigt deine Sinnesorgane und
mindert in dir alle Schadsäfte und
liefert deinem Blut eine gute
Säftezusammensetzung und macht
dich leistungsfähig.“**

Teig:

500 Gramm Dinkelmehl Type 1050
2 gestr. Teelöffel Weinsteinbackpulver
2 Eier
200 Gramm Rohrzucker
250 Gramm Butter
100 Gramm Mandeln
20 bis 40 Gramm
Gewürzplätzchenpulver
Aus 45 Gramm Muskatnuss, 45 Gramm
Zimt und 10 Gramm Nelkenpulver

Alle Zutaten verkneten.
Knetteig im Kühlschrank ca 1 Stunde
kühlen.
Plätzchen ausstechen oder von der Rolle
schneiden.
Auf einem gefetteten Blech oder auf
Backpapier bei 175 – 200 Grad
im vorgeheizten Backofen 8-12 Minuten
backen.

Pro Tag nur maximal drei Plätzchen
essen, sonst wird man zu klug.



Daniela Dumann Heilpraktikerin
Heilkunde nach Hildegard von Bingen

Nithackstraße 24, 10585 Berlin
Tel: 030/36430358 oder
0170/ 6011182

Teig:

500 Gramm Dinkelmehl Type 1050
2 gestr. Teelöffel Weinsteinbackpulver
2 Eier
200 Gramm Rohrzucker
250 Gramm Butter
100 Gramm Mandeln
20 bis 40 Gramm
Gewürzplätzchenpulver
Aus 45 Gramm Muskatnuss, 45 Gramm
Zimt und 10 Gramm Nelkenpulver

Alle Zutaten verkneten.
Knetteig im Kühlschrank ca 1 Stunde
kühlen.
Plätzchen ausstechen oder von der Rolle
schneiden.
Auf einem gefetteten Blech oder auf
Backpapier bei 175 – 200 Grad
im vorgeheizten Backofen 8-12 Minuten
backen.

Pro Tag nur maximal drei Plätzchen
essen, sonst wird man zu klug.



Daniela Dumann Heilpraktikerin
Heilkunde nach Hildegard von Bingen

Nithackstraße 24, 10585 Berlin
Tel: 030/36430358 oder
0170/ 6011182

Teig:

500 Gramm Dinkelmehl Type 1050
2 gestr. Teelöffel Weinsteinbackpulver
2 Eier
200 Gramm Rohrzucker
250 Gramm Butter
100 Gramm Mandeln
20 bis 40 Gramm
Gewürzplätzchenpulver
Aus 45 Gramm Muskatnuss, 45 Gramm
Zimt und 10 Gramm Nelkenpulver

Alle Zutaten verkneten.
Knetteig im Kühlschrank ca 1 Stunde
kühlen.
Plätzchen ausstechen oder von der Rolle
schneiden.
Auf einem gefetteten Blech oder auf
Backpapier bei 175 – 200 Grad
im vorgeheizten Backofen 8-12 Minuten
backen.

Pro Tag nur maximal drei Plätzchen
essen, sonst wird man zu klug.



Daniela Dumann Heilpraktikerin
Heilkunde nach Hildegard von Bingen

Nithackstraße 24, 10585 Berlin
Tel: 030/36430358 oder
0170/ 6011182