

## Vegane Hundemädchen Leckerlis Rezept und Packungs Anleitung

Rezept basiert (und abgewandelt) auf:

<https://www.soenkes-suesskartoffeln.de/rezept/suesskartoffel-weihnachts-plaetzchen>

Zutaten:

- Eine Packung Kinecteen (ein Methylphenidat/Ritalin-Preperat) (mit nur noch einer Tablette drin)
  - (die Tablettenflasche hat ~145mm Umfang, eine Kindersicherung als Deckel und etwa 4cm hohe Seitenwände (plus ein weiterer cm, der nötig ist, um Tesafilm zum Ankleben des Labels anzudrücken). Eine größere kindersichere Flasche, die kompatible Seitenverhältnisse (für das Etikett) hat, wäre wahrscheinlich besser (nur muss man dann natürlich das Etikett auf einer größeren Fläche ausdrucken und ggf. das Füllgewicht auf dem Etikett anpassen), weil dann mehr reinpasst, aber wir hatten leider keine größeren parat.)
- ~280g Süßkartoffeln
  - (eher 290 als 270 kaufen, weil es geht ja auch noch das Gewicht der Schale verloren)
- 160g Weizenmehl
  - (das ursprüngliche Rezept hat Dinkelmehl vorgeschlagen, aber wir hatten nur Weizen, und man kann anscheinend beides 1:1 ersetzen)
- 1 TL Backpulver
  - (wir wollen nicht, dass die Leckerlis zu luftig werden oder gar ineinanderfließen, weil schließlich müssen Leckerlis ein bisschen was zum Beißen sein; daher nehme man hier die minimale Menge, die noch irgendwie als 1 TL durchgehen kann (also nicht gehäuft und auch nicht unbedingt gestrichen, i think?))
- 120 g gemahlene Walnüsse
  - (man kann auch einfach normale Walnüsse kaufen und mit dem Messer fein zerhackstückeln; so haben wir das gemacht. Das ist aufwändig, aber man kann den Rest der Walnüsse dann für ein anderes Rezept verwenden, das vllt keine gemahlenen Walnüsse erfordert)
- $\frac{1}{2}$  TL Zimt
  - (gerne Großzügig messen)
- ~10g Zucker
  - (Es soll schließlich herhaft sein)
- 1 bisschen Curry
  - (Ich habe < 1 TL genommen und man hat es am Ende nicht so richtig geschmeckt, also gerne mehr)
- ~3 Hübe Pfeffer aus der Pfeffermühle
- a few shakes Knoblauchpulver
- ein kleines bisschen Kräutersalz; weiß nicht mehr wie viel genau ich genommen hab, prollig weniger als einen Teelöffel
- kleine knochenförmige Ausstechformchen
  - (in Größe und Form so ähnlich wie der kleinere von diesen hier (<https://www.amazon.de/dp/B0146FOHDU>), also etwa 4cm lang, aber das ist natürlich variabel. Größer wird aber nahezu unmöglich sinnvoll in der Dose unterzubringen sein, wenn man keine Größere Dose als die vorgeschlagene nimmt)

## Anleitung:

1. Die letzte Methylphenidat-Tablette nehmen, damit man ein bisschen Energie hat
  - (nur, wenn man auch wirklich auf ADHS Meds ist und so. Nicht einfach random Pillen einwerfen, nur um das Rezept befolgen zu können, okii?)
2. Das Etikett der leeren Flasche abziehen (ggf. warmes Wasser zur Hilfe nehmen, falls Rückstände bleiben) und das Innere auswasche.
3. Die Etiketten am Ende der Anleitung auf DIN-A-4 ausdrucken (Farbdrucker!). Um die Flasche herumwrappen, die losen Enden an beiden Seiten mit Tesa zusammenkleben, und dann die Ober- und Unterkante des Etiketts auch nochmal der Länge nach mit Tesa festkleben. Dafür ungefähr gleichen Space ober- und unterhalb des Tickets lassen.
4. Die Walnüsse hacken, falls noch nicht getan
5. Die trockenen Backzutaten in einer Schüssel mischen
6. Die Süßkartoffeln schälen, in ~5mm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne in Öl ein bisschen anbraten, bis es ganz fein lecker riecht fürs Schnüffelnäschen. Dann bisschen Wasser in die Pfanne (Vorsicht wegen Ölspritzern!!), Temp ein bisschen runter, und Deckel drauf zum Dämpfen, bis Wasser evaporiert. Das dann so oft wiederholen, bis die Süßkartoffeln soft und zerdrückbar sind. Dann die Süßkartoffeln rausnehmen, in eine Schüssel machen, und mit einer Gabel zu einem Brei zermanschen.
7. Die Süßkartoffelmatsche zu den trockenen Teigzutaten hinzufügen und kneten anfangen, um einen Teig daraus zu machen. Falls es noch zu trocken ist (bei mir war es das), einfach noch eine Klacks Wasser hinzufügen.
8. Den fertigen Teig eine Weile zum Kühlen in den Kühlschrank legen – 20-30 min reicht prollly bereits, es geht nur darum, ihn leichter bearbeitbar zu machen. Wenn der Teig nicht zu nass ist, sollte man ihn wohl in Plastikfolie wrappen, damit er im Kühlschrank nicht austrocknet. Flach drücken (so Disks quasi) hilft auch beim schneller runterkühlen.
9. Arbeitsoberfläche und Nudelholz bemehlen, Backblech mit Backpapier auslegen. Teig aus dem Kühlschrank holen, ein bisschen Kneten um ihn wieder geschmeidig zu machen (sonst bildet er beim Ausrollen Risse), und ausrollen. Mit knochenförmigen Ausstechern ausstechen und aufs Backblech (genug Abstand halten, damit sie nicht beim Aufgehen zusammenfließen, aber sie gehen kaum auf, ist also nicht das größte Problem) legen. Wir hatten am Ende genug Blech für 1 und 2/3 Backblech; die relevanten Schritte muss man also ggf. mehrfach wiederholen.
10. Ofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Diese Schritt je nach Zeitplanung und Parallelisierung am Besten vorher schon anfangen.
11. Plätzchen in den Ofen.  
Bei uns haben sie ~15min gebraucht, um fertig zu werden, und waren nach dem Abkühlen eher auf der harten Seite, aber so oder so hängt die ideale Backzeit von der Dicke der Plätzchen ab; am regelmäßigen Zahnstocher-testen führt also kein Weg dran vorbei. (Zahnstochertesten ist wenn man einen Zahnstocher ins Gebäck steckt, und wenn er trocken wieder rauskommt heißt das, es ist mutmaßlich fertig oder fast fertig (kann falsche Positive für das „Plätzchen ist fertig“-Ergebnis geben, also besser mehrere auf einmal testen!).)
12. Plätzchen aus dem Ofen.  
Abkühlen lassen(!) und in die Döschen machen.

Hier ein paar Bilder vom Backvorgang, for reference:



Figure 2: Trockenzutaten vermischt



Figure 1: Süßkartoffeln gemanscht



Figure 4: beides zusammen



Figure 3: Erstes Blech, pre-baking ( $6 \times 10 = 60$  Stück)



Figure 5: Zweites Blech, pre-baking (~40 Plätzchen)

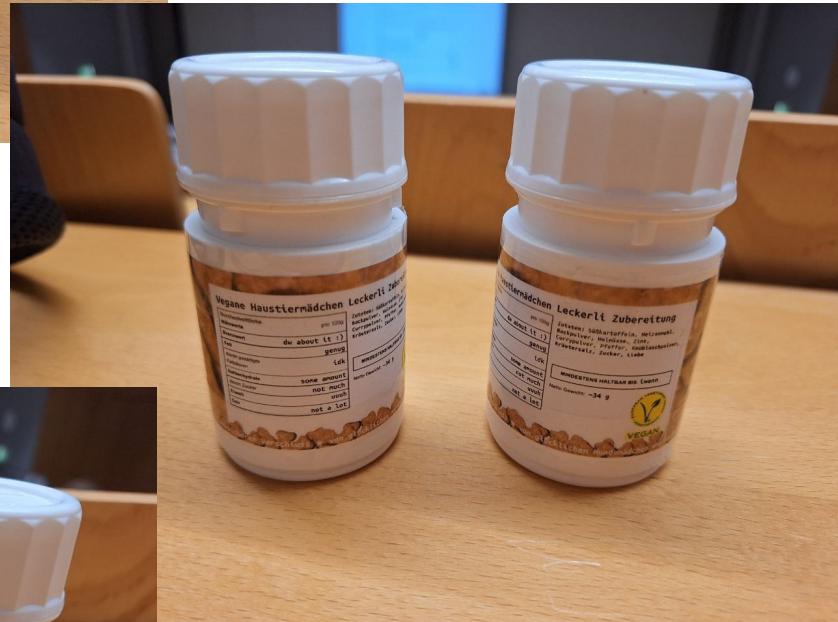


Figure 6: Blech 1 post-baking



Figure 7: Blech 1, post-baking, in Schüssel

So sehen die fertigen Döschen in etwa aus:



Und auf der nächsten Seite ist der Bogen mit den Etiketten:

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

# Caninegirl Treats

for the  
goodest  
of girls

## Vegan Haustiermädchen Leckerli Zubereitung

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100g
Brennwert	dw about it :)
Fett	genug
davon gesättigte Fettsäuren	idk
Kohlenhydrate	some amount
davon Zucker	not much
Eiweiß	uuuh
Salz	not a lot

Zutaten: Süßkartoffeln, Weizenmehl,  
Backpulver, Walnüsse, Zint,  
Currypulver, Pfeffer, Knoblauchpulver,  
Kräutersalz, Zucker, Liebe

MINDESTENS HALTBAR BIS: iWann

Netto Gewicht: ~34 g



VEGAN

★ only the best ingredients for your two-legged companions ★ mit Dummen-sicherem Verschluss ★ von glücklichen Hundemädchen empfohlen