



## Alegria – eine Leibspeise der Mexikaner zu Kaffee und Tee

### Zutaten

- 6 Esslöffel Pop-Amaranth
- 1 Esslöffel flüssiger Honig
- 1/2 Teelöffel weich gemachte Butter
- evtl. gehackte Sonnenblumenkerne, Mandeln oder Rosinen

Alle Zutaten in einer Schüssel so lange zusammenarbeiten, bis eine geschmeidige Masse entsteht (evtl. noch gehackte Sonnenblumenkerne, Mandeln oder Rosinen dazugeben).

Mit angefeuchteten Händen den Teig in eine kleine, flache Form drücken und im Kühlschrank einige Stunden kalt stellen, am Besten über Nacht fest werden lassen. Mit einem scharfen, feuchten Messer kleine Täfelchen abschneiden. Den Rest kühl aufbewahren.

