



# Ernährungstipp

Dezember 2011

## Weihnachtsbäckerei

### Mandelmürbchen (auch für Allergiker geeignet!)

#### Zutaten:

- 100g gemahlene Mandeln
- 125g Butter oder Margarine
- 125g Puderzucker
- 1Pck. Vanillezucker
- 1 Pr. Salz
- 100g zarte Haferflocken
- 100g Vollkornmehl
- 1/2 Tasse Milch (evtl. Hafer-, Soja-, oder Reismilch)
- Ca. 40 abgezogene Mandeln

#### So wird's gemacht:

Butter oder Margarine, Puderzucker, Vanillezucker und Salz schaumig rühren, restlichen Zutaten (außer den abgezogenen Mandeln) unterrühren und zu einem festen Teig verkneten. Den Teig halbieren und daraus 2 Rollen von ca. 3 cm Durchmesser formen. 60 Min. in den Kühlschrank stellen. Jede Rolle in ca. 20 Scheiben schneiden und daraus Kugeln formen. Dann nebeneinander auf ein Backblech setzen. Mandeln in die Milch tauchen und jeweils in ein Plätzchen drücken. Bei 180 Grad 12-15 Minuten backen.

### Haselnussplätzchen

#### Zutaten:

- 200g gemahlene Haselnüsse
- Einige ganze Haselnüsse zum Dekorieren
- 70g Zucker
- 1 Ei
- 1 Zitrone
- 1 Prise Salz
- Backblaten

#### So wird's gemacht:

Aus den Zutaten einen Teig kneten, zu einer Rolle formen und 1 cm dicke Scheiben abschneiden. Rohlinge auf eine Oblate setzen, mit einer Kuchengabel festdrücken und mit einer Haselnuss dekorieren. Plätzchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und bei 170-180 Grad ca. 10 Minuten backen, bis sie leicht Farbe annehmen.

