

Buchweizenkipferl

1 Ei

Zutaten für 70 Stück:

100 g gemahlene Mandeln
250 g Buchweizen
1 Ei
100 g Zucker
1 Vanilleschote
150 g weiche Margarine

Zubereitung:

Fett schaumig schlagen, den Zucker einrieseln lassen. Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herausschaben. Vanillemark und Ei unter den Teig mischen, alles cremig aufschlagen. Mehl und Mandeln unterkneten.

Teig in 3 Rollen von etwa 2 cm Durchmesser formen. In Folie wickeln und 1 Stunde kalt stellen.

Ein Blech mit Backpapier belegen. Backofen auf 180 Grad Celsius vorheizen.

Von dem Teig knapp fingerdicke Scheiben abschneiden, zu Kipferln formen und auf das Blech legen.

Auf mittlerer Schiene etwa 10 Minuten backen. Die Kipferl sollen hell bleiben. Auf einem Küchengitter abkühlen lassen.

Ein Kipferl enthält:

Etwa 40 Kilokalorien, 1 g Eiweiß, 2 g Fett und 4 g anzurechnende Kohlenhydrate (1/3 BE).