

Gewürzkugeln

1 Ei

Zutaten:

50 g Butter oder Margarine
50 g gemahlene Haselnüsse
50 g Weizenvollkornmehl
1 kleines Ei
1/2 TL Zimt
1 gestrichener TL Kakao (5 g)
1 TL flüssiger Süßstoff
1 Msp. gemahlene Nelken
etwas geriebene Zitronenschale
1 Prise Salz
25 g Diabetiker-Johannisbeergelee

Zubereitung:

Die Butter oder Margarine mit dem Ei und dem Süßstoff schaumig rühren, die restlichen Zutaten zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Zwei Stunden kühl stellen oder eine halbe Stunde in das Gefrierfach legen.

Aus dem Teig kleine Kugeln formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.

Mit einem Kochlöffel in die Mitte eine Vertiefung drücken und mit Johannisbeergelee füllen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca.15 bis 20 Minuten backen.

Nährwerte vom Gesamtrezept:

26 g Eiweiß, 79 g Fett, 52 g KH, 7g Ballaststoffe, 1023 kcal, 4092 kJ, 420 mg Cholesterin