

Kleine Zimtblüten

2 Eiweiß

Zutaten für ca. 24 Stück.

2 Eiweiß (Größe M)

5 g flüssiger Süßstoff (ca. 1 1/2 TL)

abgeriebene Schale von 1/2 unbehandelten Zitrone

1 1/2 EL Zitronensaft,

Zimt

130 g gemahlene Mandeln

30 g Diabetiker-Süße

Zitronenschale zum Verzieren

Zubereitung:

1. Eiweiß steif schlagen. Süßstoff dabei zufügen. Schale, 1 EL Saft, Zimt und 2/3 Mandeln unterheben. Rest Mandeln unterkneten.

Zugedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

2. Auf mit Mandeln bestreuter Fläche ca. 0,5 mm dick ausrollen. Blüten (ca. 5 cm Ø) ausstechen. Auf ein mit Backpapier angelegtes Blech legen. Bei 150 °C ca. 13 Minuten backen. Auskühlen lassen.

3. Diabetiker-Süße, 1/2 EL Zitronensaft und 1-2 EL Wasser verrühren. Blüten damit bestreichen. Trocknen lassen. Mit Zimt und Zitronenschalenstreifen verzieren.

Zubereitungszeit ca. 1 Stunde (ohne Wartezeit).

3 Stück ca. 50 kcal. E 1 g, F 3 g, KH 7 g. 3 Stück = 1/2 anzurechnende BE

Laura Nr. 49/03