

## Pfauenaugen 1

1 Ei

### **Zutaten** für 10 Stück:

45 g kalte Butter oder ungehärtete Diätmargarine  
15 g Fruchtzucker  
1/2 Eigelb  
1 EL Wasser  
75 g Weizenvollkornmehl

### **FÜR DIE MAKRONENMASSE:**

120 g Marzipan  
½ Eiweiß

### **FÜR DIE FÜLLUNG:**

100 g rote Diabetikermarmelade (mit Fruchtzucker gesüßt)

### **Zubereitung:**

Für den Mürbeteig Butter klein würfeln und mit dem Fruchtzucker, Eigelb, Wasser und Mehl rasch zu einem glatten Teig verkneten. Den Mürbeteig abgedeckt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

Für die Makronenmasse Marzipan mit soviel Eiweiß verkneten, daß eine gut spritzfähige Masse entsteht.

Ein Backblech leicht einfetten. Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Die Arbeitsplatte leicht mit Mehl bestäuben, den Mürbeteig darauf setzen, mit Klarsichtfolie abdecken und ca. 2 mm stark auswellen. Mit einem Glas oder Ausstecher Plätzchen mit 7 cm Ø ausstechen und auf das Blech setzen.

Die Makronenmasse in eine Gebäcksspritze oder einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf jedes Plätzchen am Rand entlang eine Makronenbordüre aufspritzen.

Auf die Innenfläche jedes Plätzchens knapp 1 TL Marmelade geben und zur Makronenmasse hin gleichmäßig verstreichen.

Bei 200°C die Pfauenaugen ca. 10 Minuten backen, bis sich die Makronenmasse goldbraun färbt. Vorsicht, immer wieder nachschauen, sie bräunt sehr schnell!

Marzipan

Zutaten für 380 g:

250 g Mandeln

95 g Fruchtzucker  
1 EL Rosenwasser  
3 EL Sahne

Die Mandeln in heißes Wasser schütten, 30 Sekunden ziehen und in einem Sieb abtropfen lassen. Die braunen Häutchen abziehen und die Mandeln auf einem Backblech ausgebreitet 30 Minuten bei 100°C im Backrohr trocknen, dann abkühlen lassen.

Die Mandeln im elektrischen Schlagwerk mehlfein mahlen. Mit Fruchtzucker, Rosenwasser und Sahne zu einer geschmeidigen Masse verkneten. Luftdicht verpacken und im Kühlschrank aufbewahren.

38 g Marzipan entsprechen 1 BE.

Nährwert für 38 g Marzipan:

Eiweiß: 5 g - Fett: 15 g - KH: 12 g - BE: 1 - KJ: 862/Kcal: 206

Nährwert des ganzen Rezepts:

Eiweiß: 49 g - Fett: 154 g - KH: 120 g - BE: 10 - KJ: 8632/Kcal: 2063

Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. In einer Blechdose luftdicht aufbewahren.

1 Pfauenauge entspricht 1,2 BE.

Nährwert für 1 Pfauenauge:

Eiweiß: 3 g - Fett: 9 g - KH: 14 g - BE: 1,2 - KJ: 623/Kcal: 149

Nährwert des ganzen Rezepts:

Eiweiß: 27 g - Fett: 87 g - KH: 145 g - BE: 12 - KJ: 6259/Kcal: 1496

Weihnachtliches backen für Diabetiker.