

## Schwarz - Weiß Spritzgebäck

2 Ei

54 Stück oder 400 g

Pro 2 Stück oder 15 g:

423 Joule/93 Kalorien

2 g E,

4 g F,

12 g KH

1 BE

### Zutaten:

120 g Butter oder Diätmargarine

140 g Diabetikersüße

2 Eier (Gew.-Kl. 3)

250 g Weizenmehl Type 405

1/2 gestrichener TL Backpulver

Mark von 1/2 Vanilleschote

1 EL dunkler Kakao (15 g)

einige Tropfen flüssiger Süßstoff

### Zubereitung:

In einer Schüssel das zimmerwarme Fett mit Zucker und den Eiern zu einer schaumigen Masse verrühren. Das mit Backpulver gemischte Mehl dazugeben. Dann einen Teil des Teiges mit Kakao dunkel färben und mit einigen Tropfen flüssigem Süßstoff nachsüßen. Beide Teige durcheinander, also jeweils einige Esslöffel hellen und dunklen Teig, in einen Spritzbeutel mit sehr großer Sterntülle geben. Auf ein mit Backtrennpapier belegtes Backblech Kringel von 7 cm Durchmesser spritzen. Sie können dafür zuerst das Papier leicht mit Mehl bepudern und die Kringel dann mit einem Glas markieren oder Sie malen die Kringel mit Bleistift auf das Papier. Im vorgeheizten Backofen auf der obersten Schiene bei 200°C 15 Minuten nicht zu dunkel backen. Auf einem Gitter abkühlen lassen, dann in Blechdosen verpacken.

Tipp:

Für Normalköstler können Sie einen Teil der Kringel zur Hälfte in flüssige Schokoladen-kuvertüre tunken.

Aus dem Buch: Das Backbuch für Diabetiker und Übergewichtige