

Spritzgebäck (für Diabetiker geeignet)

Nährwert Tabelle

Eiweiss	Fett	Kohlenhydrate	BE	Kcal/kJ
1g	5g	15g	1.3	114/476

Zutaten

Für den Teig:

150g	Margarine
100g	Fruchtzucker
1/2	Zitrone (abgeriebene Schale)
1/2	Vanilleschote (Mark)
125g	Speisestärke
250g	Mehl
1/8L	Magermilch

Zubereitung:

Den Ofen auf 180 C vorheizen. Man rührt die Margarine mit dem Fruchtzucker, der Zitronenschale und Vanillemark schaumig. Mehl und Speisestärke miteinander mischen. Dieses zusammen mit der Magermilch nach und nach dazugeben und unterrühren. Den fertigen Teig in einem Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen und auf ein Blech mit Backpapier in beliebigen Motiven aufdressieren. Das Spritzgebäck im vorgeheizten Ofen 10-12 min. backen. Dieses Rezept ergibt ca. 20 Stück!
Guten Appetit!!