

Zitronenherzen 1

2 Ei

Zutaten:

1 Ei ,
35 g Fruchtzucker ,
1/2 Teel. flüssiger Süßstoff (oder statt Fruchtzucker und Süßstoff Zucker nach Geschmack, mind. 40 g)
30 g Zitronensaft (2 Esslöffel) ,
100 g gemahlene Mandeln ,
20 g Weizenkleie ,
1/2 Vanillemark ,
1 Messerspitze Backpulver ,
2 g Nestargel .

Garnitur :

1 Eiweiß ,
10 g Fruchtzucker (oder etwas Haushaltszucker) ,
2 Teel. Zitronensaft,
1 g Nestargel .

Zubereitung:

Das Ei und den Fruchtzucker in eine Schüssel geben und schaumig rühren. Zitronensaft, Mandeln, Süßstoff, Weizenkleie, Backpulver und Nestargel zur Eimasse geben und gut vermengen, bis ein fester Teig entsteht. Etwa eine 3/4 Stunde kühl stellen. Den Teig zwischen Folie oder Pergamentpapier geben und zunächst per Hand zu einer dick ausrollen, kleine

Herzen (ca. 3,5 cm) ausstechen und mit dem Messer auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Wenn der ganze Teig zu Herzen verarbeitet ist, das Eiweiß steifschlagen, im Wechsel unter weiterem Schlagen Fruchtzucker und Zitronensaft hinzufügen und zum Schluss das Nestargel. Die Garnitur auf die Herzen setzen und leicht verstreichen. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene bei 175 Grad etwa 10-15 Min backen.

38 g Gebäck (ca. 12 Stück) enthalten
180 kcal / 1 BE