

Zitronenherzen 2

2 Eigelb

54 Stück oder 430 g

Pro 3 Stück oder 24 g:
524 Joule/114 Kalorien
2 g E,
6 g F,
12 g KH
1 BE

Zutaten:

125 g Butter oder Diätmargarine
2 Eigelb (Gew. Kl. 3)
40 g Fruchtzucker
1/2 TL flüssiger Süßstoff
1 Pr. Salz
feingeriebene Schale von 1 ungespritzten Zitrone
1 EL Zitronensaft
125 g Weizenmehl Type 405
125 g Weizenmehl Type 1050
1 gestrichener TL Backpulver

Zubereitung:

Das Fett mit Eigelb, Zucker, Süßstoff und Zitrone schaumig rühren. Das mit Backpulver gesiebte Mehl darunter kneten. Den Teig eine Stunde kühl stellen. Auf leicht bemehlter Unterlage etwa 3 mm dick ausrollen. Herzen von 6 cm Größe ausstechen. Auf ein mit

Backtrennpapier belegtes Backblech geben. Auf der obersten Schiene im vorgeheizten Backofen bei 200°C in 8-10 Minuten nicht zu dunkel backen.

Aus dem Buch: Das Backbuch für Diabetiker und Übergewichtige