

## Diabetiker - Makronen

Kategorien: Plätzchen, Makronen

Zutaten für: 1 Personen

### FÜR DEN TEIG

---

350	Gramm	Mehl
150	Gramm	Fruchtzucker
80	Gramm	Erdnussbutter
70	Gramm	Butter
1	Prise	Salz
2		Eier
		Hkl. 2
1		Zitrone

### FÜR DIE

---

		MAKRONENMASSE
300	Gramm	Diabetiker- Rohmarzipan
50	Gramm	Fruchtzucker
50	Gramm	Eiweiss
1		Zitrone
		FÜR DIE FÜLLE
170	Gramm	Johannisbeermarmelade Für Diabetiker

### Anleitung:

Für 1 Personen Zutaten: FÜR DEN TEIG 350 g Mehl 150 g Fruchtzucker 80 g Erdnussbutter 70 g Butter 1 Prise Salz 2 Eier Hkl. 2 1 Zitrone FÜR DIE MAKRONENMASSE 300 g Diabetiker-Rohmarzipan 50 g Fruchtzucker 50 g Eiweiss 1 Zitrone FÜR DIE FÜLLE 170 g Johannisbeermarmelade für Diabetiker Zubereitung:

Vorbereitungszeit ca. 45 Minuten

Häufen Sie das Mehl und den Fruchtzucker auf ein Brett und formen in der Mitte eine Mulde. In diese geben Sie die feingeschnittene Erdnussbutter, die Butter, ein ganzes Ei, einen Eidotter und den Abrieb einer unbehandelten Zitrone. Kneten Sie das ganze von Hand zu einem festen Mürbteig ab. Mischen Sie die Zutaten der Makronenmasse mit der geriebenen Zitronenschale spritzfähig ab. Den Mürbteig rollen Sie 3 mm dick aus und schneiden ihn in 3 x 27 cm lange Streifen. Diese legen Sie in einem fingerbreiten Abstand auf ein leicht befettetes Backblech und dressieren die Makronemasse beidseitig am Rand auf. Anschliessend wird in der Mitte die Johannisbeermarmelade eindressiert und im vorgeheiztem Backrohr bei 180 Grad ca. 20 Minuten gebacken. Danach schneiden Sie die Streifen in teegebäckgrosse Stücke.

Übrigens: 100 g Makronen haben einen BE-Wert von 2,9.