

Fruchtige - Zitrussterne Diab.

Kategorien: Plätzchen, Diabetiker

Zutaten für: 1 Rezept

Mit nur 40 Kilokalorien pro Stück gehören Zitrussterne zu den leichten Gebäcksorten und sind ganz einfach zu backen. Für 50 Sterne benötigen Sie folgende Zutaten.

200	Gramm	Weizenmehl vom Typ 550
1	Messersp.	Backpulver
30	Gramm	Puderzucker
	Etwas	Flüssigen Süßstoff und ein Päckchen Vanillezucker
1	Prise	Salz
		Zitrone
100	Gramm	Butter
1		Esl. M-Milch

DEKORATION

50	Gramm	Hagelzucker
----	-------	-------------

Anleitung:

Zitrussterne in acht Minuten gebacken.

Mehl, Backpulver und Puderzucker in eine Rührschüssel sieben, adzu kommt die Zitronenschale, das Salz und das Ei. Anschließend die Butter in Stücke schneiden und ebenfalls in die Schüssel damit. Mit dem Handrührgerät per Knethaken gut vermischen. Mehlen Sie jetzt die Arbeitsfläche, kneten den Teig darauf glatt stellen Sie ihn anschließend für eine Stunde in den Kühlschrank.

Zum Backen den Ofen auf 180°C vorheizen, bei Umluft auf 160°C und bei Gas auf Stufe 3.

Rollen Sie dann den Teig dünn und stechen Sie Sternchen aus. Diese werden auf ein Backblech mit Backpapier gesetzt. Verrühren Sie zuletzt das Eigelb mit der Milch, streichen Sie die Masse auf die Sterne und bestreuen Sie die Plätzchen mit Hagelzucker. Nun auf der mittleren Schiene in den Ofen schieben und die Sterne acht Minuten darin backen.

Fertig! Riecht das nicht köstlich?