

Kokos - Plätzchen (Diab.)

Kategorien: Plätzchen, Diabetiker

Zutaten für: 1 Rezept

65	Gramm	Butter oder Margarine
30	Gramm	Fruchtzucker
1		Ei
65	Gramm	Mehl
30	Gramm	Mondamin
1	Teel.	Backpulver
50	Gramm	Kokosraspel

Anleitung:

Aus den angegebenen Zutaten mit dem Handrührgerät einen Rührteig bereiten. Mit 2 Teelöffeln 30 kleine Häufchen auf ein gefettetes oder mit Backpapier belegtes Blech setzen und bei 180 bis 200° C, 2. Schiebeleiste, backen.

Backzeit: 10 - 12 Minuten.

4 Kokosplätzchen = 1 BE.

Beim Backen solltest Du darauf achten, dass das Rezept möglichst wenig Fett enthält. Zum Süßen wird Fruchtzucker verwendet.