

Linzer - Tee - Plätzchen Diab.

Kategorien: Plätzchen, Weihnachten, Diabetiker

Zutaten für: 1 Rezept

250	Gramm	Mehl
150	Gramm	Butter oder Margarine
2	Teel.	Flüssiger Süßstoff
2		Eigelb
100	Gramm	Gemahlene Mandeln
		Abger. Schale einer unbehandelten Zitrone
100	Gramm	Diät-Erdbeerkonfitüre

Anleitung:

Mehl auf eine Arbeitsfläche geben. Kühles Fett in Flöckchen, Süßstoff, Eigelb, gemahlene Mandeln und Zitronenschale verarbeiten. In Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 min. kühl stellen. Dann den Mürbeteig auf einem bemehlten Backbrett messerrückendick ausrollen. Plätzchen ausstechen und auf ein gefettetes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 Grad/Gasherd: Stufe 3) ca. 10 min. backen. Hälfte der Plätzchen mit der Konfitüre bestreichen und die anderen Plätzchen daraufsetzen.

Das Rezept enthält 12040 Joule/2860 Kalorien, 19 1/2 BE.+ Für Diabetiker geeignet.

Zubereitungszeit ohne Wartezeit ca. 45 min.