

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.