

MÜRBETEIG



Vanille-Kipferl

Zutaten:

ca 100 g gemahlene Mandeln
ca 100 g Mandelmehl
ca 75 g Bio-Butter
ca 80 g Erythrit
1 Ei
Vanilleschote/ -extrakt

Zubereitung:

Trockene Zutaten in einer Schüssel mischen. Kalte Butter in Stücke schneiden und zusammen mit dem Ei und Vanilleextrakt mit den trockenen Zutaten verkneten (mit der Küchenmaschine/ Mixer oder von Hand). Es sollte eine Art "Mürbeteig" entstehen.

Teile den Teig in 3 gleichgroße Kugeln und Rolle aus jeder Kugel eine lange, dünne Rolle aus. Schneide von diesen Rollen Stücke von ca 2-3 cm Länge ab und forme diese Stücke mit den Händen zu "Hörnchen", die du dann aufs Backblech legst.

Im Backofen bei 180 Grad für ca 15 Minuten backen.

Die Kekse werden beim Abkühlen fest.



DIE BASIS:

Als Basis-Zutaten siehst du in diesem Rezept eine Mischung aus Butter, trockenen Zutaten und Ei zur Bindung und einem Süßstoff deiner Wahl. Das sind die Bestandteile, die den Keks komplett machen würden.

Das Rezept funktioniert auch, wenn du zB andere gemahlene Nüsse verwendest oder ein anderes Mehl verwendest.



VEGAN:

Statt Ei könntest du zB 1 EL Flohsamenschalen oder Speisestärke verwenden und statt der Butter würde ich zu einer veganen Butter-Alternative raten.



DIE ABWANDLUNGEN:

statt gemahlene Mandeln → gemahlene Walnüsse oder Haselnüsse

statt Mandelmehl → Hafermehl, Dinkelmehl



TIPP

Der gleiche Teig kann auch für "Ausstech-Plätzchen" verwendet werden. Dafür würde ich allerdings den Teig nochmal für ca 10 Minuten kalt stellen (wenns schnell gehen soll 5 Minuten im Tiefkühler) und dann ausrollen.

