



Himmlische Mandelplätzchen

vegan *glutenfrei* *laktosefrei*

Zutaten für 1 Blech

120 g Rohrzucker
50 g Maismehl
50 g Stärke
1 TL Backpulver
1 Prise Salz
1 Bio-Zitrone (2 EL Saft und 1 TL Abrieb)
260 ml Wasser
200 g Mandelmehl
Mandeln oder Mandelstifte

Zubereitung

Zucker, Maismehl, Stärke, Backpulver und Salz in eine Rührschüssel geben. Zitrone heiß waschen und gründlich abtrocknen. Die Schale vorsichtig abreiben. Darauf achten, dass die weiße Haut an der Frucht bleibt, diese schmeckt nämlich bitter. Zitrone auspressen. Wasser, Zitronensaft und -abrieb ebenfalls in die Schüssel geben. Mit dem Handrührgerät gründlich mixen, bis sich Zucker und Stärke aufgelöst haben. Nun das Mandelmehl schrittweise hinzugeben. Der Teig sollte zähflüssig sein – von der Konsistenz her wie dicker Kleister.

Den Teig für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Ofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig aus dem Kühlschrank nehmen. Mit zwei Esslöffeln Häufchen formen, auf das Backblech setzen und etwas flachdrücken. Achtung: Ein paar Zentimeter Abstand zwischen den Plätzchen lassen, der Teig geht in die Breite. Wer sich richtig viel Mühe geben möchte, kann den Teig auch in eine Tülle füllen und beliebige Formen aufs Blech bringen. Mit Mandeln oder Mandelsplittern dekorieren.

Etwa 20 Minuten im Ofen backen, bis die Plätzchen goldgelb sind. Backofen ausschalten und die Plätzchen noch 5 bis 10 Minuten im ausgeschalteten Ofen nachtrocknen lassen. Dabei ein Auge auf sie haben, sie dürfen nicht verbrennen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Tipp für Kinder

Je nach Sorte bzw. Marke des Mandelmehls kann die Konsistenz des Teiges variieren. Dann Esslöffelweise noch mehr Mehl oder Wasser zugeben, bis er sich gut formen lässt.



Zur Person:

Elisabeth Menzel ist Expertin für essbare Wildkräuter und Fachberaterin für Rohkosternährung (IHK). Für die WALA Heilmittel GmbH entwirft die freie Journalistin treffende Texte, lesenswerte Magazine und Broschüren – und leckere Rezepte.