

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
2732 kcal

KOHLHYDRATE
201,0 g

FETT
168,0 g

EIWEISS
147,3 g

BALLASTSTOFFE
44,1 g

Spekulatius-Kekse

Zubereitung (20 Min.)

1. Backofen auf 150°C Umluft vorheizen.
2. Alle Zutaten miteinander vermengen. Teig ausrollen und ausstechen.
3. Plätzchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech verteilen und auf mittlerer Schiene für 8-10 Minuten backen.

Tipp! Ergibt ca. 30 Plätzchen. Nährwert pro Stück: 91 kcal, 6,7 g Kohlenhydrate, 4,9 g Eiweiß, 5,5 g Fett, 1,4 g Ballaststoffe

Zutaten

150 g Butter
50 g Marzipan
250 g Mandelmehl
150 g Xylit (Birkenzucker)
1 Ei
2 TL Spekulatiusgewürz