



3

Kohlenhydratarme Mandelkekse mit Nüssen



Zubereitungszeit
95 minuten



Portionen
Voor 16 personen

Zubereitungsart

- 1 Die geschmolzene Butter mit griechischem Joghurt, Mandelmehl, Zitronenzeste, Lebkuchengewürzen, Süßungsmittel und dem Salz gut miteinander vermengen. Zu einem geschmeidigen Teig kneten. Zwei Rollen aus dem Teig formen und in Frischhaltefolie einwickeln. 1 Stunde im Kühlschrank abkühlen lassen.
- 2 Den Ofen auf 175 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Jede Rolle in 8 Scheiben schneiden und daraus Kekse formen. Die Kekse mit dem Ei bestreichen. Mit den fein gehackten Nüssen garnieren. Die Kekse 10-15 Minuten im vorgeheizten Ofen backen bis sie goldgelb werden. Gut abkühlen lassen damit sie etwas fester werden.

Zutaten

- ☐ 200 g Mandelmehl
- ☐ 1 Handvoll gemischte, ungeröstete Nüsse, fein gehackt
- ☐ 1 EL griechischer Joghurt 10% Fett
- ☐ 1 (kleines) Ei, aufgeschlagen
- ☐ 90 g Butter, geschmolzen
- ☐ 1 TL Zitronenzeste
- ☐ Kohlenhydratarmer Süßungsmittlersatz nach Geschmack (Sukrin oder Greensweet Stevia Zucker)
- ☐ 1 TL Lebkuchengewürze
- ☐ Prise Salz

Nährwerte pro Person

Energie	130 kcal
Kohlenhydrate	3 g
Fett	12 g
Eiweiß	3 g