

Grundrezept für Kipferl Kekse oder Busserl

1 Ei

Zutaten für 50 Stück:

180 g Mehl, evtl. die Hälfte davon Weizenvollkornmehl

100 g Butter oder Margarine

1 Ei (Klasse 2 oder 3)

1 EL flüssiger Süßstoff

100 g geriebene Haselnüsse

Zum Würzen und Verzieren:

1 TL Zimt oder Lebkuchengewürz oder 20 g Kakao oder 1 TL geriebene

Orangen-

oder Zitronenschale

evtl. Nüsse zum Auflegen

Zubereitung:

Mehl auf ein Backbrett geben. Weiche Butter oder Margarine in Flöckchen darüber verteilen. Ei mit Süßstoff verrühren und mit den Nüssen und Gewürzen nach Wahl unterkneten.

Den Teig kurz ruhen lassen, nicht kalt stellen.

Dann 50 kleine Kipferl (Hörnchen) oder Busserl formen. Bei den Busserln Haselnüsse in die Mitte drücken. Oder: Den Teig ausrollen und 50 Kekse ausstechen.

Auf einem mit Backpapier belegten Blech bei 200 Grad (Gas: Stufe 3) 8-10 Minuten backen.

5 Stück enthalten:

4 g Eiweiß, 15 g Fett, 13 g Kohlenhydrate = 1 BE, 0,7 g Ballaststoffe 210 Kalorien / 880 Joule