

Rezeptideen mit Albaöl

Zutaten

(für ca. 30 Stück)

65 g Zucker

40 ml Albaöl (35 g)

125 g Honig

1 TL gemahlener Zimt

1 Prise Salz

je ½ TL gemahlener Ingwer,
Muskatblüte, Kardamom und
Koriander

240 g Mehl

½ TL Backpulver

20 ml Milch

10 g Mehl für die Arbeitsfläche

150 g Puderzucker für die Glasur
Speisefarben (rot, gelb, blau, grün)
Zuckerperlen zum Verzieren

Nährwertinformation

1 Plätzchen enthält:

82 Kalorien

1 g Fett

1 g Eiweiß

16 g Kohlenhydrate (≈ 1,5 BE)

0 mg Cholesterin

Dieses Rezept ist:

- cholesterinarm



Tannenbaumschmuck zum Ausstechen

Zubereitung

Zucker, Albaöl, Honig und Gewürze unter Rühren in einem Topf auf kleiner Flamme schmelzen. Sobald der Zucker gelöst ist, die Masse auskühlen lassen.

Das gesiebte Mehl-Backpulver-Gemisch im Wechsel mit der Milch unterheben und zu einem geschmeidigen Knetteig verarbeiten. Diesen abgedeckt bei Zimmertemperatur etwas ruhen lassen.

Den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche etwa 3 – 5 mm dünn ausrollen. Plätzchen in gewünschten Formen ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.

Zum späteren Durchziehen der Schleifen oder Bänder mit einem Zahnstocher ein größeres Loch in der Mitte, ca. 1 cm unterhalb des oberen Randes, herausarbeiten.

Backen: ca. 10 – 12 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 190 °C Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene.

Plätzchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Puderzucker sieben und mit Wasser glatt rühren. Den Zuckerguss nach Wunsch mit Speisefarben einfärben und die Plätzchen mit diesem sowie mit Zuckerwerk verzieren.

Trocknen lassen und anschließend mit Schleifen oder Bändern versehen und aufhängen.

Albaöl®

Die schwedische Rapsöl-Zubereitung mit feinem Butteraroma.

Weitere Informationen unter: www.albaeol.de