

Backrezepte Plätzchen & Kekse

Kekse Zum Knabbern Backen

Gattung: Backen, Gebäck, Kuchen, Baby, Pralinen

Für etwa 1 Backblech:

125 g	Weizenvollkornmehl	Mehl zum Ausrollen
1	Essl. Puderzucker	Fett und Mehl fürs Blech
1	Essl. Vanillezucker	1 Eigelb zum Bestreichen
1	Prise Salz	Nüsse
75 g	weiche Butter	Zuckerzeug zum Verzieren
25 g	Sauerrahm (20% Fett)	

Beim Backen ist das Naschen für die Kinder das größte Vergnügen. Doch wenn der rohe Teig länger in der warmen Küche steht, können sich Salmonellen entwickeln. Deshalb nur frische Eier verwenden (mit der Banderole "extra") und den Teig immer portionsweise aus dem Kühlschrank nehmen. Oder einen eifreien Teig wie diesen verwenden:

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Backofen auf 180 Grad vorheizen. Backblech einfetten, mit Mehl bestäuben (manche nehmen lieber Backpapier). So viel Teig, wie ausgerollt werden soll, aus dem Kühlschrank nehmen, den Rest weiter kühlen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche etwa 1/2 cm dick ausrollen, Plätzchen ausstechen und auf das vorbereitete Backblech legen. Das Eigelb mit 1 El Wasser verrühren, die Plätzchen damit bestreichen, mit Nüssen und Zuckerzeug verzieren. Die Plätzchen im heißen Ofen in etwa 13 Minuten goldgelb backen.

(Bei 60 Keksen pro Stück etwa 20 kcal).

Tipp: Bewahren Sie Kekse immer in Blechdosen auf. Dort sind sie luftdicht verschlossen und vor Feuchtigkeit geschützt.