DREI GESUNDE PLÄTZCHENKLASSIKER

Schwierigkeit: normal / ca. 75 Min. Arbeitszeit

Weihnachten ohne Plätzchen macht doch nur halb so viel Spaß. Hier findest du drei Rezepte für leckere Naschereien, die gar nicht mal so sündhaft sind, wie sie aussehen. Denn sie enthalten deutlich weniger Zucker als die üblichen Rezepte, sind teilweise vegan und verzichten auf Geschmacksverstärker und Zusatzstoffe. An das Backblech, fertig, los!

ZUTATEN

ca. Mehrere Bleche Plätzchen

100 gr	Vollkornmehl
300 gr	Weizenmehl (Type 405)
140 gr	Margarine
100 gr	gemahlene Haselnüsse
100 gr	Rübenzucker
Etwas	gemahlene Vanilleschote/Vanillezucker
1 EL	Rübenzucker
3 EL	Puderzucker
Etwas	Vanille
200 gr	Vollkornweizenmehl
40 gr	Rübenzucker
60 gr	gemahlene Haselnüsse
4 EL	Milch oder Hafermilch

400 gr	gemahlene Haselnüsse
5 EL	Honig
50 gr	Margarine oder Butter
2 EL	Apfelmus
110 gr	Aprikosen
2 TL	Lebkuchengewürz
Stück	Kleine Obladen
Prise	Salz
	Zartbitterkuvertüre zum Glasieren

ZUBEREITUNG

Gesunder Klassiker 1: Teig für etwa 60 Vanillekipferl

(100 gr Vollkornmehl, 100 gr Weizenmehl Typ 405, 140 gr Margarine, 100 gr gemahlene Haselnüsse, 60 gr Rübenzucker, etwas gemahlene Vanilleschote/Vanillezucker)

Alle Zutaten für den Teig rasch mit kalten Händen zu einem glatten Mürbeteig verkneten und abgedeckt eine Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Danach kleine Würste formen, die Enden etwas spitz zulaufen lassen und halbmondförmig auf dem Backblech aufreihen.

Bei 180 Grad etwa 15 Minuten backen, bis die Ränder goldfarben sind.

1 EL Rübenzucker, 3 EL Puderzucker und Vanille miteinander in einer Schüssel vermengen und Vanillekipferl darin wälzen.

Gesunder Klassiker 2: Teig für etwa 40 Spitzbuben

(200 gr Vollkornweizenmehl, 200 gr Weizenmehl Typ 405, 80 gr Rübenzucker, 60 gr gemahlene Haselnüsse, 4 EL Hafermilch)

Alle Zutaten verkneten, ruhen lassen, dann auf bemehlter Fläche ausrollen und ausstec hen. Im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad etwa 12 Minuten backen, bis die Ränder leicht gebräunt sind.

Gut auskühlen lassen, sich durch den Kellervorrat wühlen und eine leckere Sommermarmelade herauskramen - ich habe Omis Brombeergelee verarbeitet. Drei EL davon in einer Schüssel glattrühren und in kleinen Klecksen auf die unteren Hälften verteilen, Deckelchen drauf - an einem kühlen Ort durchziehen lassen. Fertig!

Gesunder Klassiker 3: Lebkuchen

(400 gr gemahlene Haselnüsse, 5 EL Honig, 50 gr Margarine oder Butter, 2 EL Apfelmus, 110 gr Aprikosen, Schale von einer Orange, 2 TL Lebkuchengewürz, Prise Salz, kleine Oblaten, Zarbitterkuvertüre zum Glasieren)

Aprikosen in heißem Wasser 15 Minuten einweichen, ausdrücken und klein schneiden. Alle anderen Zutaten unterdessen verkneten, Aprikosen hinzufügen.

Der Teig sollte klebrig, aber immer noch formbar sein. Mit feuchten Händen eine walnussgroße Portion zu einer Kugel rollen, auf die Oblade drücken und circa 1 cm dicke Lebkuchen formen.

Bei 175 Grad 15 Minuten backen, auskühlen lassen.

Unterdessen Schokolade im Wasserbad schmelzen. Die Lebkuchen kopfüber eintauchen, die überschüssige Schokolade abtropfen lassen und mit Mandelblättchen garnieren.

Unser Tipp für die Vanillekipferl: Wer mit der Form seiner Vanillekipferl unglücklich ist, kann eine Silikonform benutzen. In dieser die Kipferl zwei Minuten auskühlen lassen und noch warm zum Wälzen vorsichtig herausnehmen. Die noch warmen Kipferl in der Zuckermischung wälzen und auskühlen lassen.