

ANDREA HILLER

# GLUTENFREIE Plätzchen





## Inhalt

### EINLEITUNG

- Glutenfrei backen..... 11
- Was ist eigentlich Gluten?..... 12

### TEIGARTEN

- Knet- oder Mürbeteig..... 14
- Rührteig (Spritzgebäck)..... 15
- Teige aus Ei-Schaum oder Eiweiß-Schaummassen..... 16
- Lebkuchen- oder Honigteig..... 16

### BASICS

- Grundmehlmischung..... 20
- Kakaoglasur..... 20
- Schokoglasur..... 20
- Einfacher Mürbeteig..... 21
- Mandelmürbeteig..... 21

### REZEPTE

- Spitzbuben..... 22
- Terrassenplätzchen..... 24
- Vanillekipferl..... 26
- Zucker-Brezelchen..... 28
- Butterplätzchen..... 29
- Hirse-Kokos-Stangen..... 29
- Ingwer-Schoko-Plätzchen..... 32
- Stollenkonfekt..... 34
- Marzipanspiralen..... 36
- Marzipan-Makronen-Törtchen..... 38
- Friesenkekse..... 39
- Mandelspekulatius..... 39
- Nougatkipferl..... 42
- Spritzgebäck..... 44
- Gefüllte Tannenzapfen..... 46
- Knusprige Mandelkekse..... 48
- Husaren-Knöpfe..... 49
- Zimtwaffeln..... 49
- Walnusstatzen..... 52
- Sirup-Knusperle..... 54
- Lebkuchen..... 56
- Biberle..... 56
- Honigprinten..... 58
- Honigkuchenwürfel..... 60
- Dominosteine..... 60
- Wespennester..... 62
- Anisplätzchen 63
- Witwenküsse..... 63
- Zimtsterne..... 66
- Zedernmonde..... 68
- Florentiner Rauten..... 70



# – Walnusstatzen –

120 g fein gemahlene Walnusskerne

150 g Zucker

300 g Grundmehlmischung (s. S. 20)

170 g Butter (weich)

1 Ei

1 Eigelb

1 Prise Salz

½ TL gemahlener Zimt

1 TL Rum (nach Geschmack)

2 EL Zucker zum Verzieren

Kakao- oder Schokoglasur

zum Verzieren (s. S. 20)

2 Backbleche mit Backpapier auslegen

★ einfach

★ raffiniert

★ laktosefrei

Alle Zutaten (bis auf jene, die zum Verzieren vorgesehen sind) mit dem Handrührgerät (Knethaken) zu einem gleichmäßigen Teig verarbeiten. Den Teig im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ruhen lassen.

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und zu walnussgroßen Kugeln formen. Diese in Zucker wälzen und in ein Tatzen-Modell drücken, alternativ mit einer Gabel oben leicht eindrücken, sodass eine Tatze entsteht. Die Tatzen auf die vorbereiteten Bleche setzen und im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 15 Minuten backen. Die Tatzen gehen leicht auf und sollten an den Rändern etwas gebräunt sein. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Plätzchengitter auskühlen lassen.

Die Kakao- oder Schokoglasur in der Mikrowelle oder über dem Wasserbad schmelzen und in eine Papierspritztüte mit ganz feinem Auslass einfüllen. Die Tatzen damit verzieren.



Statt weißen Zucker den hellen, feinen Vollrohrzucker verwenden. Damit wird der Geschmack noch karamelliger. Anstelle der Walnüsse schmecken auch andere Nüsse.



## – zimtsterne –

Die Eiweiße mit dem Salz aufschlagen, den Zitronensaft zugeben und den Zucker unter Rühren einrieseln lassen. Solange weiterschlagen, bis ein sehr feinporiger stabiler Schaum entstanden ist. 4–5 EL der Masse beiseitestellen.

Haselnüsse, Gewürze und Zitronenschale unter das geschlagene Eiweiß ziehen und zuletzt mit den Händen vorsichtig unterkneten. Wie viel Haselnüsse nötig sind, ist letztlich von der Menge der Eiweiße abhängig (Größe der Eier). Es muss ein knetbarer, leicht klebriger Teig entstehen.

Den Teig auf etwas Zucker 0,8–1 cm dick ausrollen. Zwei Drittel der zurückgestellten Eiweißmasse zu zwei Dritteln auf die Teigplatte streichen und mit einer Sternenform, die immer wieder in Wasser getaucht wird, Zimtsterne ausstechen. Die Teigreste zusammenkneten, erneut ausrollen, mit der restlichen Eiweißmasse bestreichen und weitere Sterne ausstechen.

Den Backofen auf 140 °C Umluft vorheizen. Beide Bleche gleichzeitig in den heißen Backofen geben und ca. 20 Minuten backen. Die Eiweißmasse sollte trocken, aber nicht gebräunt sein, außerdem sollten die Zimtsterne nicht zu hart gebacken werden. Das typische Aroma entwickelt sich nach einigen Tagen Lagerung in einer Gebäckdose aus Blech.



Die Eiweißmasse lässt sich auch sehr akkurat nach dem Ausstechen auf den Zimtsternen verteilen. Dazu eignet sich am besten ein kleines spitzes Küchenmesser. Diese Methode ist etwas zeitaufwendiger, wird jedoch mit besonders schönen Zimtsternen belohnt.

2 Eiweiß

1 Prise Salz

1 TL Zitronensaft

200 g Zucker zzgl. etwas zum Verarbeiten

300–350 g gemahlene Haselnüsse

2 TL gemahlener Zimt

1 Msp. Nelkenpulver

1 Msp. Pimentpulver

½ TL geriebene Zitronenschale

2–3 Backbleche mit Backpapier auslegen



für Geübte



ohne Mehl



laktosefrei

# – Zedernmonde –

## FÜR DEN TEIG

240 g Puderzucker

2 Eiweiß

1 Prise Salz

2 TL Zitronensaft

350–400 g geschälte geriebene Mandeln

½ TL unbehandelter Zitronenabrieb

## FÜR DEN GUSS

100 g Puderzucker

2 EL Zitronensaft

2–3 Backbleche mit Backpapier auslegen

★ bekannt als Zitronen-Mandel-Brot

★ ohne Mehl

★ laktosefrei

Den Puderzucker sieben. Die Eiweiße mit dem Salz aufschlagen und den Zitronensaft zugeben. Nach und nach unter Rühren den gesiebten Puderzucker zugeben und solange weiterschlagen, bis ein sehr feinporiger stabiler Schaum entstanden ist. Mandeln und Zitronenabrieb unter das geschlagene Eiweiß ziehen und zuletzt mit den Händen vorsichtig unterkneten. Wie viel Mandeln nötig sind, ist letztlich von der Menge der Eiweiße abhängig (Größe der Eier). Es muss ein knetbarer, leicht klebriger Teig entstehen.

Den Teig auf etwas Zucker 0,8–1 cm dick ausrollen. Mit einer Mondform die Mandelmonde ausstechen, dafür die Form immer wieder in Wasser tauchen, und die Plätzchen auf die vorbereiteten Bleche setzen. Die Teigreste zusammenkneten, erneut ausrollen und weitere Monde ausstechen.

Den Backofen auf 140 °C Umluft vorheizen. Beide Bleche gleichzeitig in den heißen Backofen geben und ca. 20 Minuten backen.

Währenddessen den Guss vorbereiten. Dafür den Puderzucker mit dem Zitronensaft verrühren. Der Guss sollte streichfähig und weiß sein, nicht zu dünnflüssig. Die fertig gebackenen Monde aus dem Ofen nehmen und den Guss mit einem breiten Messer auf die noch warmen Mandelmonde streichen. Auf einem Plätzchengitter auskühlen und den Guss fest werden lassen.





# Impressum



© 2017 UMSCHAU VERLAG, NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE

Alle Rechte an der Verbreitung, auch durch Film, Funk, Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger aller Art, auszugsweiser Nachdruck oder Einspeicherung und Rückgewinnung in Datenverarbeitungsanlagen aller Art, sind vorbehalten. Die Inhalte dieses Buches sind von Autoren und Verlag sorgfältig erwogen und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung von Autoren und Verlag für Personen-, Sach-, und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Andrea Hiller, Neustadt an der Weinstraße  
REZEPTE, TEXTE

Verena Susanna Wohlleben, Heidelberg  
FOTOGRAFIE

Ilka Grunenberg, Köln  
LEKTORAT

Tina Defaux, Neustadt an der Weinstraße  
LAYOUT/ART DIREKTION

Finidr s.r.o.  
DRUCK UND VERARBEITUNG

Printed in Czech Republic  
ISBN: 978-3-86528-846-2

Besuchen Sie uns im Internet  
[www.umschau-verlag.de](http://www.umschau-verlag.de)

Weiterführende Informationen zur glutenfreien Ernährung erhalten Sie bei der Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG) unter [dzg-online.de](http://dzg-online.de).