

# Zuckerstangen - Plätzchen

## Zutaten

(etwa 20 Stück)

100 g	Reismehl
50 g	Maismehl
100 g	Kartoffelmehl (Stärke)
½ TL	Flohsamenschalen, gemahlen
½ TL	Xanthan
70 g	Zucker
2 Pck.	Vanillezucker
	Abgeriebene Zitronenschale
1 Pr.	Jodsalz
1	Ei (Klasse M)
100 g	Butter
	Lebensmittelfarbe rot
	Kristallzucker zum Bestreuen

## Zubereitung

### Mürbteig

- Mehl auf die Arbeitsfläche sieben und Verdickungsmittel (Flohsamenschalen, Xanthan) zugeben
- In der Mitte eine Mulde formen und Zucker, Vanillezucker, Zitronenabrieb und Salz hineingeben
- Ei auf den Zucker geben
- Kalte Butter in kleinen Flöckchen auf dem Rand der Mulde verteilen
- Mehl und Butter darüber schieben und mit zwei Teigkarten alle Zutaten zu einem Teig hacken
- Teig abschließend kurz mit den Handballen kneten
- Teig in zwei gleich große Hälften teilen, die eine Hälfte mit der Lebensmittelfarbe bis zur gewünschten Stärke rot einfärben
- Aus beiden Hälften jeweils eine Stange formen und in Frischhaltefolie wickeln
- Mürbteig ca. 30 Minuten im Kühlschrank kaltstellen
- Jeweils die Hälfte der Teige aus dem Kühlschrank nehmen und zu ca. 13 cm langen und ca. 0,5 cm Durchmesser dünnen Strängen formen
- Eine rote und eine weiße Stange vorsichtig umeinanderdrehen, in Kristallzucker wälzen und zu einer Zuckerstange formen





# Zuckerstangen - Plätzchen

## Zubereitung

- Das Blech mit den Zuckerstangen für 15 Minuten in den Kühlschrank stellen (dient dazu, dass die Farben nicht ineinander verlaufen)
- Zuckerstangen im vorgeheizten Backofen bei 170 °C (Ober- und Unterhitze) 8-10 Minuten backen
- Auskühlen lassen und dann vom Blech nehmen

## Nährstoffangaben

	kcal	KJ	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate	KE	Ballaststoffe
Gesamt	1781	7452	17,7 g	90,3 g	227,1 g	22	9,8 g
<b>Pro Plätzchen/ Stück</b>	<b>89</b>	<b>373</b>	<b>0,9 g</b>	<b>4,5 g</b>	<b>11,4 g</b>	<b>1</b>	<b>0,5 g</b>