

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

Tel. 0190-821975 (1,86 Euro/Min.)
<http://www.gesunde-rezepte.de>

Ingwermakronen

225 g Weizenvollkornmehl, fein
1 TL Backp.

und
mischen, eine Mulde hinein-
drücken u. folgende Zutaten
hineingeben:

3 El Honig
1 Ei (Gew.-Kl. 4)
1 Eiklar (Gew.-Kl. 4)
1-2 El gem. Ingwer
abger. Schale von 1 unbeh. Orange und
100 g kalte Butter

in Flöckchen auf dem Rand
verteilen. Von außen nach
innen alles zu einem
geschmeidigen Teig verkneten.
Den Teig in Folie gewickelt ca.
30-60 Min. kühlen.
Mit dem Spritzbeutel und
Sterntülle Nr. 7 Makronen auf
ein mit Backtrennpapier
ausgelegtes Blech spritzen, mit
bepinseln u. je 1 Pistazie ver-
zieren. Im vorgeheizten
Backofen bei 180 Grad ca. 10-
12 Min. backen.

Eigelb
Pistazien