

# VEGANE VANILLEKIPFERL

MIT WEISSEM BIO MANDELMEHL



## GEHALT

Nährwerte pro 100g:  
Energiewert: 375 Kcal/1567 KJ  
Protein: 50g  
Kohlenhydrate: 4-5g  
Fett: 13-14g  
gesättigte Fettsäuren 0,87g  
Ballaststoffe 20g





# VEGANE VANILLEKIPFERL

MIT WEISSEM BIO MANDELMEHL

**ZUTATEN** 200g BIO Shea Butter oder BIO Kokosfett | 300g Dinkel- oder Weizenmehl (mit Weizenmehl werden sie heller) | 200g weisses BIO Mandelmehl | 100g Rohrzucker | 1 Vanilleschote zum Bestäuben Puderzucker & Vanillezucker (mischen)

**ZUBEREITUNG** zunächst das Mark aus der Vanilleschote kratzen, zusammen mit der veganen BIO Shea Butter oder BIO Kokosfett, dem Zucker, dem Mehl und dem Mandelmehl verkneten. Den Teig ca. 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Dann den Teig abteilen und in etwa fingerdicke Rollen formen. Von diesen Rollen ca 2 - 3 cm große Stücke abschneiden und die Enden spitz zurollen, halbmondförmig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und bei 180° ca. 10 min. backen. Anschließend mit der Puderzucker/ Vanillezuckermischung bestäuben und abkühlen lassen.



**WEISSES BIO MANDELMEHL** wird aus geschälten kaltgepressten Mandeln gewonnen, schonend teilentölt und fein vermahlen.

**GESUNDHEIT** Hoher Gehalt an Protein, Ballaststoffen, Magnesium, Kalzium, Eisen, Kupfer Mangan und Zink.

**GESCHMACK** Angenehme Mandelnote

**GEBRAUCH** Zur Herstellung feiner Backwaren, als Zusatz zu Müsli und Desserts, zum Verfeinern von Saucen, Saucen, als Zutat zu Eiscremes, Smoothies und als Mandelmilchshake.