

Schwierigkeitsgrad



PRO PORTION

KALORIEN
5744 kcal

KOHLNHYDRATE
202,7 g

FETT
500,4 g

EIWEISS
164,0 g

BALLASTSTOFFE
63,7 g

Nussecken

Zubereitung (75 Min.)

1. Alle Zutaten für den Teig vermengen und dann zu einer Kugel formen. Für ca. 30 Minuten kalt stellen.
2. Für den Belag Butter und Xylit schaumig schlagen. Haselnusskerne und Mandeln untermischen.
3. Backofen auf 175°C Umluft vorheizen. Den Teig auf Backpapier ausrollen und auf ein Backblech legen. Den Belag gleichmäßig darauf verteilen. Für ca. 25 Minuten backen.
4. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen. Kleine Dreiecke schneiden und nach Belieben mit der Schokolade verzieren.

Tipp! Ergibt ca. 24 Stück. Nährwert pro Stück:
239 kcal, 8,4 g Kohlenhydrate, 6,3 g Eiweiß, 20,8 g Fett, 2,6 g Ballaststoffe

Zutaten

Für den Teig:

250 g Butter
100 g Mandelmehl
50 g Eiweißpulver
40 g Kokosmehl
80 g Xylit (Birkenzucker)

Für den Belag:

100 g Butter
60 g Xylit (Birkenzucker)
100 g Haselnusskerne, gemahlen
100 g Haselnusskerne, gehackt
100 g Mandeln, gemahlen
50 g Zartbitterschokolade