

Wichtiger Hinweis: Passe bitte das Rezept der individuellen Verträglichkeit an.

Nicht für die 1. Phase/Weglassphase geeignet wegen des Agavendicksaftes!



Sablés

120 g Rapsöl geschmacksneutral
40 g Reisdrink
10 Tropfen Stevia
20 g Reissirup
20 g Agavendicksaft
½ TL Vanillepulver nature
250 g Dinkelmehl hell
Eine Prise bis knapp ¼ TL Salz (je nach Geschmack)

Zubereitung

Zuerst die flüssigen Zutaten bis und mit Vanillepulver zusammenfügen und mit dem Schwingbesen verrühren.

Danach das Dinkelmehl und das Salz dazugeben und mit dem Teigschaber gut vermischen.

Zwei Rollen (Ø ca. 2 ½ cm) formen, in Klarsichtfolie wickeln und mindestens 1 Stunde kühl stellen.

Die Rollen in 5 mm dicke Plätzchen schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Im vorgeheizten Ofen 12 Minuten bei 200 Grad backen.