**Die 8 beliebtesten Rezepte  
aus**

**[](http://www.amazon.de/Pl%C3%A4tzchen-backen-ohne-Zucker-Weihnachtsb%C3%A4ckerei-ebook/dp/B00QBCOYJO/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&keywords=pl%C3%A4tzchen%20backen%20ohne%20zucker&linkCode=ur2&qid=1417425001&site-redirect=de&sr=8-4&tag=httpmodeldiae-21#_&linkId=VYRLDBX7HGWGCTST">buch</a>)  
  
Herausgegeben von** [**http://wunder-kueche.de**](http://wunder-kueche.de) **mit freundlicher Genehmigung von Aléna Ènn**

**1. Walnussplätzchen**

**Teig:**

280g Mehl

3 EL Haferflocken

100g gemahlene Walnusskerne

1 Messerspitze Zimt

150ml Stevia-Streusüße  
1 Päckchen Vanillepuddingpulver

1 TL Backpulver

75g Zartbitterschokolade, gehackt   
200g Margarine, geschmolzen

1 Ei

**Zum Verzieren:**

75g Zartbitterschokolade

1. Für den Teig die gemahlenen Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten und abkühlen lassen.
2. Alle trockenen Teigzutaten in einer Schüssel mischen, anschließend mit Margarine und Ei zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser oder Mehl hinzugeben, bis der Teig nicht mehr klebt, sich aber gut kneten lässt. Den Teig für ca. 30 Minuten kaltstellen.
3. Den Teig zwischen zwei Bögen Backpapier ausrollen und Plätzchen ausstechen. Backen.

**Umluft**: 180°C ca. 10 - 12 min.

**Ober- und Unterhitze**: 190°C ca. 10 - 12 min

1. Zum Verzieren die Zartbitterschokolade in eine kleine Plastiktüte geben, diese verknoten und in eine Tasse mit warmem Wasser legen, so dass die Schokolade schmilzt. Eine kleine Ecke vom Beutel abschneiden. Den Beutel schnell über den Plätzchen hin und her bewegen, so dass feine Streifen auf den Plätzchen entstehen.

# 2. Mandel-Sterne

**Teig:**

200g Mehl

1 TL Backpulver

1 Päckchen Vanillepuddingpulver

100g gemahlene Mandeln

150ml Stevia-Streusüße

1 Ei

200g Butter oder Margarine

**Zum Verzieren:**

125g Aprikosenkonfitüre (zuckerfrei z.B. von Natreen erhältlich)

2 EL Puderzucker (zuckerfrei z.B. [Sukrin Melis](http://www.amazon.de/SUKRIN-Melis-PuderzuckerErsatz-Erythritol-Stevia/dp/B006GEDG0K/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&site-redirect=de&tag=httpmodeldiae-21&linkId=UVHE6SVHW7EU3EFU%22%3emelis%3c/a%3e))

1. Für den Teig zunächst alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen, anschließend mit Ei und Butter oder Margarine zu einem Mürbeteig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser oder Mehl hinzugeben, bis der Teig nicht mehr klebt, sich aber gut kneten lässt. Den Teig für ca. 30 Minuten kaltstellen.
2. Den Teig zwischen zwei Lagen Backpapier ca. ½ cm dick ausrollen und mit Hilfe von Ausstechförmchen Sterne ausstechen. Jeweils die Hälfte der Sterne sollte etwas größer, die andere Hälfte kleiner sein. Backen.

**Umluft**: 170°C ca. 12 min.

**Ober- und Unterhitze**: 180°C ca. 12 min

1. Die Plätzchen abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Konfitüre erwärmen und durch ein Sieb streichen. Jeweils die kleinen Sterne an der Unterseite mit der Konfitüre bestreichen und auf einen größeren Stern setzen. Mit dem Puderzucker bzw. dem Sukrin bestreuen.

# 3. Haselnuss-Schiffe

**Teig**:

300g Mehl

200g Butter oder Margarine

120ml Stevia-Streusüße

1 Ei

1 TL Backpulver

2 EL Kakaopulver

2 EL Wasser

**Zum Bestreichen:**

1 Eigelb

1 EL Wasser

**Belag:**

1 Eiweiß

50ml Stevia-Streusüße

1 Prise Zimt

1 Prise Salz

100g Haselnüsse, gemahlen

100g Haselnüsse, ganz

1. Für den Teig zunächst alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen, anschließend mit Wasser, Ei und Butter oder Margarine zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig für ca. 30 Minuten kaltstellen.
2. Für den Belag das Eiweiß mit dem Salz steif schlagen, Stevia-Streusüße, Zimt und gemahlene Haselnüsse unterheben.
3. Den Teig zu einer Rolle mit ca. 5cm Durchmesser formen und ca. 1 cm dicke Scheiben abschneiden. Die Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und etwas flach drücken. Mit einer Mischung aus Eigelb und Wasser bestreichen.
4. Auf jeden Teigtaler knapp 1 Teelöffel des Belags geben, die Taler an zwei Ecken hochklappen und zusammendrücken, so dass kleine „Schiffchen“ entstehen. Auf jedes Schiff nun noch eine Haselnuss setzen und vorsichtig etwas andrücken. Backen.

**4. Schokoladenplätzchen**

**Teig:**

280g Mehl

½ Päckchen Backpulver

2 EL Kakaopulver

200g Butter

½ Fläschchen Butter-Vanille-Aroma

150ml Stevia-Streusüße

1 Ei

75g Zartbitterschokolade, gehackt

**Zum Verzieren:**

125g Zartbitterschokolade

50g weiße Schokolade, geraspelt

1. Für den Teig zunächst alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen, anschließend mit Ei und Butter zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig für ca. 30 Minuten kaltstellen.
2. Den Teig portionsweise zwischen zwei Lagen Backpapier gut ½ cm dick ausrollen und Plätzchen ausstechen und backen.

**Umluft**: 180°C ca. 12 min.

**Ober- und Unterhitze**: 190°C ca. 12 min

Zum Verzieren die Schokolade im Wasserbad schmelzen und die Plätzchen damit etwa zur Hälfte überziehen. Die weiße Schokolade auf die noch flüssige Zartbitterschokolade streuen und abkühlen lassen.

# 5. Orangen-Rosmarin-Plätzchen

**Teig:**

300g Mehl

200g Butter oder Margarine

120ml Stevia-Streusüße

1 Orange

1 Ei

1 TL Backpulver

**Zum Füllen und Verzieren:**

120g Orangenmarmelade

3 – 5 Nadeln Rosmarin (frisch)

2 EL Puderzucker (zuckerfrei z.B. [Sukrin Melis](http://www.amazon.de/SUKRIN-Melis-PuderzuckerErsatz-Erythritol-Stevia/dp/B006GEDG0K/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&site-redirect=de&tag=httpmodeldiae-21&linkId=UVHE6SVHW7EU3EFU%22%3emelis%3c/a%3e))

1. Die Orange halbieren und die Schale einer Hälfte abreiben. Die Frucht auspressen.
2. Mehl, Butter oder Margarine, Stevia-Streusüße, 1 EL Orangensaft und die abgeriebene Schale von ½ Orange, Backpulver und Ei verkneten.
3. Den Teig zu einer Rolle von 4 cm Durchmesser rollen, in Frischhaltefolie wickeln und 45 Minuten kaltstellen.
4. Mit einem scharfen Messer knapp ½ cm dicke Scheiben von der Rolle abschneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und Backen.

**Umluft**: 160°C ca. 15 min.

**Ober- und Unterhitze**: 170°C ca. 15 min

1. Zwischenzeitlich die Orangenmarmelade erwärmen und durch ein Sieb streichen. Die Rosmarinnadeln sehr fein hacken und daruntermischen. Jeweils die Hälfte der Plätzchen mit etwas Marmelade bestreichen und ein zweites Plätzchen darauf setzen. Mit dem Puderzucker oder Sukrin bestäuben.

# 6. Lebkuchen

**Teig:**

2 Eier  
50g Orangeat, fein gehackt

200g Marzipanrohmasse, fein gehackt

190ml Stevia-Streusüße  
1 Prise Salz

80g Vollkornmehl

3 EL Haferflocken, zart

100g gemahlene Mandeln oder Haselnüsse

2 TL Lebkuchengewürz

½ Päckchen Backpulver  
ca. 40 runde Backoblaten, Durchmesser ca. 5 cm

**Zum Verzieren:**

175g Zartbitterkuvertüre

1. Alle Teigzutaten zu einem geschmeidigen, cremigen Teig verrühren und ca. 5 – 7 Minuten aufschlagen.
2. Mehrere Backbleche mit Backpapier auslegen und die Oblaten mit ein wenig Abstand darauf verteilen (Tipp: Befeuchten Sie das Backpapier mit Wasser – dann verrutschen die Oblaten nicht).
3. Die Lebkuchenmasse in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle geben und je einen tupfenförmigen Klecks auf die Oblaten spritzen. Dabei einen kleinen Rand frei lassen, damit der Teig Platz zum Verlaufen hat. Backen.

**Umluft**: 160°C ca. 15 - 20 min.

**Ober- und Unterhitze**: 170°C ca. 15 - 20 min.

1. Zum Verzieren die Schokolade im Wasserbad schmelzen und die Lebkuchen eintauchen, so dass die Seite mit dem Teig gerade so bedeckt ist, die Oblate jedoch frei bleibt.

# 7. Orangen-Schoko-Kipferl

**Teig:**

200g Mehl

100g gemahlene Mandeln

150ml Stevia-Streusüße  
1 Päckchen Vanillepuddingpulver

1 TL Backpulver

Abgeriebene Schale von ½ unbehandelte Orange  
75g Zartbitterschokolade, gehackt   
200g Margarine, geschmolzen

2 EL Orangensaft

**Zum Verzieren:**

75g Zartbitterschokolade

1. Für den Teig zunächst alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen, anschließend mit Margarine und Orangensaft zu einem glatten Teig verkneten. Bei Bedarf etwas Wasser oder Mehl hinzugeben, bis der Teig nicht mehr klebt, sich aber gut kneten lässt. Den Teig für ca. 30 Minuten kaltstellen.
2. Den Teig portionsweise zu etwa fingerdicken Rollen formen, diese in etwa 6cm lange Stücke schneiden. Die Stücke zu Hörnchen gebogen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und leicht flachdrücken. Backen.

**Umluft**: 180°C ca. 12 min.

**Ober- und Unterhitze**: 190°C ca. 12 min

1. Zum Verzieren die Zartbitterschokolade in eine kleine Plastiktüte geben, diese verknoten und in eine Tasse mit warmem Wasser legen, so dass die Schokolade schmilzt. Eine kleine Ecke vom Beutel abschneiden. Den Beutel schnell über den Plätzchen hin und her bewegen, so dass feine Streifen auf den Plätzchen entstehen.

# 8. Zimtsterne

**Teig:**

120ml Stevia-Streusüße

250g Haselnüsse oder Mandeln, gemahlen

2 Eiweiß

1 Prise Salz

1 Spritzer Zitronensaft

1 TL Zimt

**Zum Verzieren:**

1 Eiweiß

1 Spritzer Zitronensaft

100ml Stevia-Streusüße

1. Für den Teig Eiweiß steif schlagen, dabei das Salz und den Zitronensaft zufügen. Alle weiteren Zutaten einrühren und die Mischung 2 Stunden kalt stellen.
2. Zwischen zwei Lagen Backpapier ausrollen und Sterne ausstechen. Dabei die Ausstechform immer wieder in Mehl tauchen, damit der Teig nicht anklebt. Die Sterne auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und 2 Stunden trocknen lassen.
3. Zum Verzieren das Eiweiß mit dem Zitronensaft aufschlagen, Stevia-Streusüße einrieseln lassen und unterrühren. Die Sterne damit bepinseln und backen.

**Umluft**: 150°C ca. 15 - 18 min

**Ober- und Unterhitze**: 150°C ca. 15 - 18 min

**Weitere Ideen & Rezepte:**

**Kuchen ohne Zucker**

Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine zuckerreduzierte Ernährung – ihrer Gesundheit und Figur zu Liebe. Erfahren Sie, wie Sie mit den natürlichen Süßungsmitteln Stevia, Erythrit und Xylit köstliche Kuchen, Torten & Gebäck zaubern. Natürlich ohne synthetische Süßstoffe.

[](http://www.amazon.de/Kuchen-ohne-Zucker-Bonuskapitel-Pl%C3%A4tzchen-ebook/dp/B00NBFY7KU/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&qid=1414669577&s=books&site-redirect=de&sr=1-2&tag=httpmodeldiae-21&linkId=DUGKEZWE6GVYA4RJ%22%3eKuchen%20ohne%20Zucker%3c/a%3e%3cimg%20src=%22http://ir-de.amazon-adsystem.com/e/ir?t=httpmodeldiae-21&l=ur2&o=3%22)

# Mug Cakes ohne Zucker

Mug Cakes sind kleine Kuchen oder Törtchen für 1 Person, die in nur 5 Minuten zubereitet & in der Mikrowelle gebacken werden. Mug Cakes sind ein großer Trend und Hingucker auf jeder Kaffee-Tafel.  
  
[](http://www.amazon.de/Mug-Cakes-ohne-Zucker-Blitzschnelle-ebook/dp/B00OA8GV7Y/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&refRID=14MCJ9QQEYFGMVT5T2D9&site-redirect=de&tag=httpmodeldiae-21&linkId=P3HQ45HB3JQBABGZ%22%3eMug%20Cakes%20ohne%20Zucker%3c/a%3e%3cimg%20src=%22http://ir-de.amazon-adsystem.com/e/ir?t=httpmodeldiae-21&l=ur2&o=3)

**Vegan backen zu Weihnachten**

50 moderne Plätzchen, Kuchen und süßes Konfekt sowie heißgeliebte Klassiker in veganer Abwandlung:  
[](http://www.amazon.de/Vegan-backen-Weihnachten-Pl%C3%A4tzchen-sch%C3%B6nste-ebook/dp/B00OWCUH00/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&qid=1414669965&s=books&site-redirect=de&sr=1-5&tag=httpmodeldiae-21&linkId=O62NQV2VKCY4MNH5%22%3eVegan%20backen%20zu%20Weihnachten%3c/a%3e%3cimg%20src=%22http://ir-de.amazon-adsystem.com/e/ir?t=httpmodeldiae-21&l=ur2&o=3%22)

**Vegane Pralinen, Trüffel & Konfekt**

... lassen das Herz aller Schokoladenliebhaber höher schlagen. Freuen Sie sich auf 45 raffinierte Rezepte, z.B.: Weiße Karamellhappen, Espressotrüffel, Whiskey-Sahne-Kugeln, Limoncello-Trüffel, Cappuccino-Haselnuss-Konfekt, Schichtnougat, Chai-Pralinen, u.v.m.   
[](http://www.amazon.de/Vegane-Pralinen-Tr%C3%BCffel-Konfekt-Al%C3%A9na-ebook/dp/B00PM9R0MK/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&keywords=vegane%20pralinen,%20tr%C3%BCffel%20%26%20konfekt&linkCode=ur2&qid=1416051183&site-redirect=de&sr=8-1&tag=httpmodeldiae-21&linkId=BNNYPYOVKEAMIY5X%22%3epralinen%20vegan%3c/a%3e)

**Vegane Mug Cakes**Lecker-leichte Tassenküchlein blitzschnell selbst gebacken. 100% vegan und 100% lecker.  
[](http://www.amazon.de/Vegane-Mug-Cakes-Blitzschnelle-Tassenkuchen-ebook/dp/B00ONF0EJA/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&linkCode=ur2&refRID=1450XQ8ABXJXDGC2DBJV&site-redirect=de&tag=httpmodeldiae-21&linkId=WX27FSG2J52HDXMV%22%3eVegane%20Mug%20Cakes%3c/a%3e%3cimg%20src=%22http://ir-de.amazon-adsystem.com/e/ir?t=httpmodeldiae-21&l=ur2&o=3%22)

**Schokolade, Pralinen & Konfekt**  
Einfache Rezepte für köstliche selbstgegossene Schokoladentafeln, handgemachte Pralinen, Konfekt und Trüffel. Z.B.: Vanille-Mandel-Konfekt, Orangen-Schokokugeln, Rumtrüffel, Schichtnougat, Veganes Nusskonfekt, Cappuccino-Haselnuss-Konfekt, Pistazienkugeln, Walnuss-Aprikosenpralinen (vegan), Baileys-Trüffel, Weiße Rumkugeln, Orangen-Nougat-Happen (vegan), Zebraschokolade mit rotem Pfeffer, Konfetti-Schokolade, Marmor-Schokolade u.v.m.

[](http://www.amazon.de/Schokolade-Pralinen-Konfekt-Geschenke-einfach-ebook/dp/B00PE34I6A/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=6742&keywords=schokolade,%20pralinen%20und%20konfekt&linkCode=ur2&qid=1415618730&site-redirect=de&sr=8-2&tag=httpmodeldiae-21&linkId=U76OBZALNMGTV4H6%22%3ePralinen%3c/a%3e)

# Noch mehr kostenlos: Tutorials, Leseproben und Rezepte:

Laden Sie weiteres **kostenloses** Bonusmaterial herunter, z.B. Leseproben, Tutorials, Rezepte etc.: <http://wunder-kueche.de/downloads/>

**Anhang, Rechtliches und Impressum**

Wir bemühen uns, alle Angaben aktuell und fehlerfrei zu halten, trotzdem können Fehler und Unklarheiten jedoch nie vollkommen ausgeschlossen werden. Daher übernehmen wir keine Gewähr für Richtigkeit, Qualität, Aktualität und Vollständigkeit. Für Schäden, durch die Nutzung oder Nicht-Nutzung der bereitgestellten Informationen entsteht, gleich ob mittelbar oder unmittelbar, haften wir nur bei nachgewiesenem grob fahrlässigem Verschulden.

Für Ihr Feedback sowie Hinweise auf Fehler oder Unklarheiten sind wir Ihnen sehr dankbar. Bitte wenden Sie sich an [info@wunder-kueche.de](mailto:info@wunder-kueche.de).

Alle Texte und Bilder in diesem Dokument sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nicht ohne die Zustimmung des Urhebers, Rechteinhabers und Herausgebers von Dritten genutzt werden.

Alle in diesem Dokument genannten Markennamen und Warenzeichen sind Eigentum des rechtmäßigen Eigentümers und dienen lediglich zur Beschreibung von Produkten, Dienstleistungen oder Unternehmen.

**Impressum**Aléna Ènn / wunder-kueche.de wird vertreten durch:

Anne Jost

Friedberger Str. 55

61191 Rosbach

Gestaltung der Titelseite: Anne Jost

Titelfoto: © Sunny Forest - Fotolia.com