Gesunde Kekse für Kinder zum Ausstechen

18 Min		60 Min
ZUBEREITUNGSZEIT		GESAMTZEIT

Zutaten für 2 Bleche



- 60 g Soft-Datteln
- 20 ml Wasser
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- ½ Vanilleschote
- 250 g Dinkelmehl
- 50 g gemahlene Mandeln
- 80 g Butter (weich)

Zubereitung:

1. Schneide die Datteln klein und püriere sie mit dem Wasser, dem Ei, einer Prise Salz und dem ausgekratzten Mark der Vanilleschote.
2. Gib das Dattelmus mit Mehl, Mandeln und Butter in eine Schüssel und knete alles zu einem geschmeidigen Teig.
3. Wickle den Teig in Frischhaltefolie und lass ihn 30 Minuten im Kühlschrank ruhen. Heize den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vor und lege ein Blech mit Backpapier aus.
4. Rolle den Teig ca. 5 mm dick aus. Stich beliebige Plätzchen aus und lege sie auf das Blech.
5. Backe die Dattel-Plätzchen ca. 12 Minuten, bis die Ränder leicht goldbraun sind. Lass sie anschließend vollständig auf dem Blech auskühlen.

Nährwerte pro Portion: 42,5 kcal | KH 4,6 g | E 1,1 g | F 2 g

