



Deutsche Zöliakie
Gesellschaft e.V.

Rezeptsammlung

Glutenfreie Rezepte zu Weihnachten





Zimt-Sterne

Zutaten:

4 Eiweiß
1 EL Zitronensaft
250 g Zucker
1 EL Zimt
250 g Mandeln (gerieben)

Zubereitung:

Eiweiß in einer Rührschüssel steif schlagen, Zitronensaft einrühren. Den Zucker löffelweise nach und nach zugeben und weiterschlagen, bis eine glänzende Masse entsteht. Etwa 4 Esslöffel dieser Masse für den Guss beiseite stellen. Zimt und Mandeln einrühren und zu einem möglichst glatten Teig kneten. Teig auf einem mit Zucker bestreuten Brett 5-8 mm dick ausrollen. Kleine Sterne ausstechen, auf ein gefettetes Backblech setzen und etwa 2 Stunden trocknen lassen. Anschließend die Sterne mit dem Guss bestreichen und bei 130°C etwa 20 Minuten backen. Die Sterne sollen weich bleiben und der Guss darf sich nicht verfärben.

Weihnachtliches Früchtebrot

Zutaten:

90 g Walnüsse	100 g glutenfreie Mehlmischung
80 g Haselnüsse	75 g Zucker
80 g Mandeln	1 TL Backpulver *
100 g Rosinen in Rum *	½ TL Jodsalz
110 g Aprikosen getrocknet *	3 Eier
120 g Datteln	2 EL Weinbrand
120 g Pflaumen, getrocknet *	20 g Butter zum Ausfetten der Form
4 EL Zitronensaft	25 g Belegkirschen *
100 g Zitronat	25 g abgezogene Mandeln

Zubereitung:

Die Nüsse grob hacken. Die Rosinen abtropfen lassen und die Früchte klein schneiden. Anschließend mit dem Zitronensaft mischen und mit den Rosinen, Nüssen und Zitronat vermischen. Danach die glutenfreie Mehlmischung mit Zucker, Backpulver und Jodsalz mischen und unter die Früchte-Nuss-Mischung mischen. Die Eier mit dem Weinbrand schaumig schlagen und unter die Masse rühren. Eine Kastenform gut mit Butter ausfetten, den Teig einfüllen und anschließend glatt streichen. Zuletzt mit Belegkirschen und Mandeln verzieren und bei 150°C ca. zwei Stunden backen.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel



Spritzgebäck

(ergibt ca. 45 Stück)

Zutaten:

150 g	Butter
100 g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
2	Eier
75 g	Mandeln, gemahlen
300 g	Glutenfreies Mehl
150 g	Kuvertüre*

Zubereitung:

Die Butter mit dem Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Die Eier einzeln unterrühren. Anschließend die Mandeln und das glutenfreie Mehl unterziehen. Alle Zutaten kräftig verkneten und zugedeckt ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Den Teig in einen Spritzbeutel füllen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech S-Formen, Stangen und Kränze spritzen. Anschließend das Spritzgebäck bei 200°C 7-8 Minuten backen. Die Kuvertüre im Wasserbad auflösen, das Gebäck jeweils zur Hälfte darin eintauchen und auf einem Kuchengitter trocknen lassen.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel

Florentiner

(ergibt ca. 50 Stück)

Zutaten:

150 g	Zucker
50 g	Honig
100 g	Butter
125 ml	Sahne
75 g	Kandierte Kirschen, grob gehackt
150 g	Mandelblättchen
150 g	Kuvertüre*

Zubereitung:

In einem kleinen Topf Zucker, Honig, Butter und die Sahne erhitzen. Die Masse unter Rühren 5 Minuten kochen lassen. Anschließend die kandierten Kirschen und Mandelblättchen einrühren und weitere ca. 7 Minuten kochen lassen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem dicken Streifen Alufolie auf eine Fläche von ca. 30 x 35 cm begrenzen. Die Florentiner Masse auf das Blech gießen und glattstreichen. Die Masse bei 200° C ca. 20 Minuten backen, danach abkühlen lassen. Nun die Platte auf die Arbeitsfläche stürzen und das Backpapier abziehen. Die Kuvertüre schmelzen und die Unterseite der Platte dick damit bestreichen. Sobald die Glasur fest ist, die Florentiner in kleine Rechtecke schneiden.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel



Springerle (Anisbrötli)

(ergibt etwa 25 Stück)

Springerle oder auch Anisbrötli ist ein traditionelles Festtagsgebäck aus einem Anis-Eierschaumteig. Sie sind in Süddeutschland, Teilen von Österreich und der Schweiz bekannt. Der Name, der süddeutsche Diminutiv von Springer, kommt vom *Aufspringen* (Aufgehen) beim Backen. Beim Backen wächst der Teig auf die doppelte Höhe, dabei bildet sich am unteren Rand ein „Fuß“.

Zutaten:

- 2 Eier
- 200 g Puderzucker
- 1 P. Vanillezucker
- 250 g Glutenfreie Mehlmischung
- 3 Msp. Backpulver*
- Anis

Zubereitung:

Eier (sollten warm sein, nicht aus dem Kühlschrank) schaumig schlagen. Puderzucker und Vanillezucker sieben, miteinander vermengen, zu den Eiern geben und ca. 10 Minuten cremig schlagen. Mehl (sollte auch warm sein) und Backpulver vermengen, sieben und esslöffelweise unter die Ei-Creme heben. Teig darf nicht flüssig und nicht fest sein. Backblech einfetten und Anis in kurzen Abständen, je nach Größe des Gebäcks aufs Blech streuen.

Holzmodel mit Mehl bestauben und abklopfen. Teig fingerdick auswellen und Springerle mit der Holzmodel formen und ausstechen. Während dem Formen kann der restliche Teig abgedeckt werden, um eine Austrocknung während der Verarbeitung zu vermeiden.

Bei Zimmertemperatur 24 Stunden trocknen lassen (keine Zugluft!).

Backofen auf 160°C vorheizen und Springerle auf der mittleren Schiene etwa 15 Minuten backen. Das Gebäck darf nicht dunkel sein. Auf dem Blech auskühlen lassen und in einer Dose aufbewahren.

Tipp: Sind die Springerle zu hart kann, für 1-2 Tage, in die Aufbewahrungsdose ein in Alufolie gewickelter Apfelschnitz gelegt werden.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel



Hirseflockenplätzchen

(ergibt etwa 25 Stück)

Zutaten:

- 180 g Hirseflocken
- 70 g Zucker
- 100 g Glutenfreie Mehlmischung
- 1 TL Backpulver*
- 1 Becher Naturjoghurt
- 1 Banane
- 6-8 EL Milch
- Kuvertüre* zum Verzieren

Zubereitung:

Backofen auf 180°C vorheizen. Hirseflocken mit Zucker, Mehl und Backpulver mischen. Banane mit einer Gabel zerdrücken und mit dem Naturjoghurt verrühren. Die Joghurtmasse zum Hirseflockengemisch geben, Milch zugeben und miteinander vermengen. Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem Teelöffel kleine Häufchen darauf setzen. 15-20 Minuten backen. Die Kuvertüre im Wasserbad schmelzen und die Hirseflockenplätzchen damit verzieren.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel

Walnusswölkchen

(ergibt etwa 30 Stück)

Zutaten:

- 180 g Walnüsse
- 3 Eiweiße
- 180 g Puderzucker
- 1 TL Rum

Zubereitung:

Backofen auf 140°C Ober/ Unterhitze vorheizen. Walnüsse grob hacken. Eiweiße in einer Rührschüssel steif schlagen, dabei nach und nach den gesiebten Puderzucker dazugeben und solange rühren bis die Eiweißmasse glänzt und Spitzen zieht. Walnüsse und den Rum zugeben und vorsichtig unterheben. Backblech mit Backpapier auslegen und mit einem Teelöffel kleine „Wölkchen“ formen. Etwa 20 Minuten backen (sie sollen noch weiß bleiben) und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.



Mürbeteigplätzchen mit Konfitüre

(ergibt etwa 25 Stück)

Zutaten:

- 200 g Glutenfreie Mehlmischung
- 1 Ei
- 80 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 100 g Butter
- 80 g Erdbeerkonfitüre
- 20 g Puderzucker

Zubereitung:

Backofen auf 180°C Ober/ Unterhitze vorheizen. Das glutenfreie Mehl auf die Arbeitsfläche häufen, in der Mitte eine Mulde formen und Ei, Zucker und Vanillezucker hinein geben. Die kalte Butter in kleinen Flöckchen im Kreis um die Mulde verteilen und alle Zutaten zügig zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie verpacken und ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Sollte der Teig zu bröselig sein, kann noch ein 1 Ei hinzugegeben werden. Teig auswellen, mit verschiedenen Formen ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Etwa 10 Minuten backen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Ein Plätzchen mit Konfitüre bestreichen, ein zweites darauf setzen und mit Puderzucker bestreuen.

Vanilleröllchen

Zutaten:

- 2 Eiweiß
- 60 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- abgeriebene Schale ½ unbehandelten Zitrone
- 60 g Maisstärke
- 60 g Butter

Zubereitung:

Eiweiß in einer Rührschüssel steif schlagen, Zucker, Vanillezucker und Zitronenschale nach und nach zugeben. Maisstärke unterheben. Butter schmelzen lassen und vorsichtig dazu mischen. Auf ein eingefettetes Backblech mit einem Teelöffel kleine Häufchen setzen und zu dünnen Kreisen auseinanderstreichen. Bei 200°C etwa 5 Minuten goldgelb backen. Die Plätzchen rasch vom Blech nehmen und sofort rollen (zum Formen können die Plätzchen über einen sauberen Bleistift gerollt werden.)



Lebkuchenhaus

Zutaten:

- 400 g Zuckersirup (dunkel)
- 250 g Zucker
- 900 g Glutenfreie Mehlmischung oder selbst gemischt:
300 g Reis, 200 g Buchweizen, 200 g Maismehl, 100 g
Kartoffelmehl, 100 g Maisstärke, 3 TL Guarkernmehl
- 2 TL Backpulver*
- 50 g Dunkler Kakao
- 4 Eigelb
- 1 Pck. Pfefferkuchengewürz* oder Lebkuchengewürz* oder
selbst gemischt:
1 TL Ingwer, ½ TL Muskat, ½ TL Kardamon, ½ TL
Nelken gemahlen, 1 Prise Koriander, 1 Prise Salz, 1
Prise Pfeffer
- 200 ml Wasser
- Buchweizenmehl zum Ausrollen des Teiges

Zum Zusammenkleben des Hauses und zum Verzieren:

- 4 Eiweiß
- ca. 500 g Puderzucker
- Rote Blattgelatine* (für die Fenster)

Zubereitung:

Zucker und Sirup in einem Topf unter ständigem Rühren schmelzen. Mehl, Backpulver, Kakao, Eigelb und Gewürze mischen.

Sirupmasse etwas abkühlen lassen und Wasser unterrühren.

Sirupmasse unter das Mehl rühren. Vorsicht! Die Masse darf nicht mehr heiß sein, da sonst das Eigelb gerinnt!

Einen glatten Teig kneten und auf dem Buchweizenmehl ca. ½ cm dick ausrollen.

Die aus Pappe hergestellten Schablonen auflegen und mit einem scharfen Küchenmesser ausschneiden.

Alle Fenster und Türöffnungen gleich mit ausschneiden, da es im fertig gebackenen Zustand nicht mehr möglich ist.

Auf mit Backpapier belegte Backbleche legen. Die Formen eventuell nochmals etwas korrigieren, damit es kein schiefes Hexenhaus wird. Eine große Bodenplatte in der Größe eines Tablett ausrollen, worauf das Haus in der Adventszeit stehen bleibt. Meistens ist es sehr viel Teig. Daher außerdem Sterne in verschiedenen Größen ausstechen und daraus Tannenbäume basteln. Wenn immer noch Teig übrig ist, können Figuren ausgestochen werden, denn der Teig lässt sich auch sehr gut als Keks essen.

Backen:

15-20 Minuten bei 200° C (Umluft bei 180° C) backen.

Die gebackenen Teile vollständig auf Brettern auskühlen lassen und erst dann mit viel Zuckerguss zusammenkleben.



Tipp:

Der Zuckerguss muss sehr dickflüssig sein, fast zäh, damit die Teile gut zusammenkleben. Dafür mindestens 400 g Puderzucker in eine Schüssel geben und dann esslöffelweise Eiweiß unterrühren.

Man kann auch heißes Wasser nehmen, es klebt aber nicht so gut wie Eiweiß.

Zusammenkleben:

Zunächst auf die Innenseiten des Hauses unter die Fensteröffnungen mit Zuckerguss die Blattgelatine unterkleben. (Es sieht schön aus, wenn man ein Teelicht in das Haus stellt – unter die Schornsteinöffnung)

Dann mit viel Zuckerguss die einzelnen Hauswände zusammenkleben. Achtung, es ist sehr schwierig. Es ist hilfreich, die Teile anfangs mit Bauklötzen oder Legosteinen abzustützen. Das Haus sollte mindestens 8 Stunden trocknen, bevor es verziert wird. Man kann es über Nacht trocknen und dann am nächsten Tag in Ruhe bekleben.

Verzieren:

Hierfür kann alles genommen werden, was schmeckt und was glutenfrei ist. Geeignet sind z.B. Gummibärchen*, Schokolinsen*, Fruchtgummi*, Lakritz* etc.

Zum Abschluss wird nochmals mit Zuckerguss das gesamte Haus verziert, indem mit Hilfe einer Gabel Eiszapfen an die Giebel und das Dach geklebt werden. Anschließend kann man es mit Puderzucker durch einen Sieb auf das Dach „schneien“ lassen.

*Auswahl anhand der aktuellen Aufstellung glutenfreier Lebensmittel