

Bücherecke

Zauberhafte Weihnachtsbäckerei

– glutenfrei

Zauberhafte Weihnachts-bäckerei – glutenfrei

Anja Völkel

Pala Verlag

ISBN: 978-3-89566-388-3

Preis: 14,00 EUR



Weihnachten steht bald vor der Tür und überall gibt es schon Lebkuchen, Plätzchen und andere Leckereien zu kaufen. Doch am Allerbesten schmecken die süßen Versuchungen, wenn man sie selbst gebacken hat. Damit das auch für Backbegeisterte mit Zöliakie möglich ist, hat die Autorin Anja Völkel ihre 120 besten Re-

zepte für die glutenfreie Weihnachtsbäckerei zusammengestellt. Besonders auf naturbelassene und vollwertige Zutaten, einfache Zubereitung, sowie das sichere Gelingen der Rezepte legt sie dabei Wert. So werden beispielsweise keine Fertigmehle verwendet, sondern frisch gemahlene, selbst gemischte Mehle.

Nach einer kurzen Erläuterung der Zöliakie, erwarten den Leser zu Beginn interessante Infos zu Mehlen und Gewürzen, sowie einige hilfreiche Tipps zum erfolgreichen glutenfreien Backen. Leider fehlt der Hinweis auf das Kontaminationsrisiko bei Buchweizen und es wird nicht auf die Möglichkeit der Verwendung von glutenfreiem Hafer hingewiesen, sondern dieser generell als glutenhaltig und ungeeignet bezeichnet. Trotzdem ist die Einführung informativ und schön gestaltet.

Der Rezeptteil beginnt mit Anleitungen zum Selbermachen von Basics, wie Vanillezucker, Nougatmasse und Kuvertüre, welche dann in den folgenden Rezepten verwendet werden können. Die verschiedenen Kapitel enthalten Rezepte für eine bunte Mischung an Plätzchen, Makronen, Lebkuchen, Stollen und Kuchen. Von Klassikern wie Butterplätzchen, Kokosmakronen und Quarkstollen bis hin zu ausgefallenen Kreationen wie Ingwer-Rosmarin-Cantuccini, gefüllten Lebkuchen-Muffins und Kürbisstollen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Zum Abschluss gibt es noch ein Kapitel mit Leckereien und Geschenkideen, mit denen Familie und Freunde eine Freude bereitet werden kann, hier findet man beispielsweise Lebkuchenlikör, Dominosteine und Christbaumschmuck aus Schokolade.

Die Rezepte sind alle gut erklärt und die einzelnen Schritte werden verständlich dargestellt. Dazwischen finden sich immer wieder kleine Geschichten, Basteltipps und passende Sprüche, die den Leser in Weihnachtsstimmung versetzen. Alles in allem ein schönes, vielfältiges Buch, um sich die Adventszeit mit glutenfreien Leckereien zu versüßen.

- Bianca Maurer, Ernährungsmanagerin Diätetik (B.Sc.)