

Toettchen

Diät ist Mord am ungegessenen Knödel!
Wiglaf Droste



Kräuterprinten

Zutaten

600 g Weizenmehl
500 Zuckerrübensirup
150 g Grümmel (braun) – ist kleingebrochener Kandis
100 g Zucker
5 g Pottasche
1 Prise Muskatnuss
1 Msp. Kardamomsamen (gemahlen)
1 EL Anis
1 EL Rum
1 EL Koriandersamen (gemahlen)
1 geh. TL Zimt
1 Msp. Piment
1 Msp. Natron
50 g Mandeln
1 Eiweiß
wenig Wasser

Zubereitung

Den Sirup mit dem Zucker in einem Topf erhitzen, bis der Zucker sich gelöst hat. Vom Herd ziehen. Mit dem Mehl zu einem Teig verkneten. Luftdicht verschließen und mindestens über Nacht, besser einige Tage oder Wochen an einem kühlen Ort ruhen lassen. Die Pottasche in etwas Wasser auflösen. Die Gewürze und den Grümmel unterkneten.

Den Teig knapp 1/2 cm dick ausrollen und in Rechtecke schneiden und bei 200 Grad etwa 15 Minuten backen. Nach Wunsch mit halbierten Mandeln verzieren und die Printen vor dem Backen mit gequirtem Eiweiß bestreichen.