

Auf die Plätzchen,
fertig, los!

kinderleichte Rezepte für die
Weihnachtsbäckerei



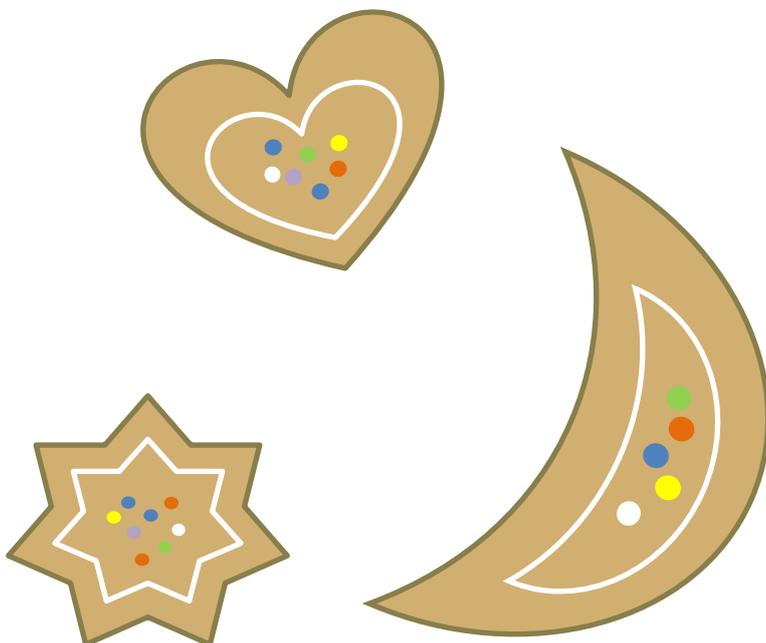
Zum Dekorieren der Plätzchen

Zuckerglasur:

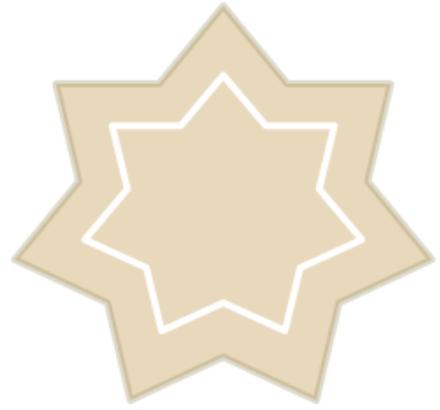
150 g Puderzucker mit 1-2 Esslöffeln Zitronensaft oder Wasser glattrühren und über die Plätzchen streichen oder in einem Spritzbeutel geben für feine Details.

Schokoglasur:

Für eine Schokoladenglasur kann Kuvertüre oder Schokolade (Vollmilch-/ Zartbitter- oder weiße Schokolade) verwendet werden, die dann im Wasserbad zusammen mit Kokosfett geschmolzen wird (100 g Schokolade und 40 g Kokosfett).



Butterplätzchen



Zutaten:

500 g	Weizen- oder Dinkelvollkornmehl
250 g	Butter
125 g	Zucker
1 Msp.	gemahlene Vanille, oder Vanille aus 1 Schote
1 TL	fein abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone, unbehandelt
1	Ei
2	Eigelb (Eiweiß für Kokosmakronen verwenden)

Außerdem:

verschiedene Plätzchenformen, evtl. Zucker zum Bestreuen, Puderzucker und Zitronensaft für Zuckerglasur oder Schokoladenreste und Kokosfett für Schokolaglasur, bunte Zuckerperlen und Streusel.

Zubereitung:

1. Für den Teig Butter mit Zucker, Vanille, 1 Ei und 1 Eigelb sowie Zitronenschale verrühren. Mehl unterkneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. In einer luftdichten Dose oder Topf 30-60 Minuten kalt stellen.
2. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche in gewünschter Stärke ausrollen. Aus dem Teig Plätzchen ausstechen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen.
3. Einen Teil der Butterplätzchen kann man vor dem Backen mit verquirltem Eigelb bestreichen und mit Zucker oder Hagelzucker bestreuen. Anschließend im Ofen ca. 8-10 Min. bei 180 °C Umluft goldgelb backen.
4. Nach dem Abkühlen mit Zucker- oder Schokoladenglasur überziehen und mit bunten Streuseln dekorieren.

Tipps beim Backen mit Vollkornmehl:

- Vollkornmehl sollte fein gemahlen sein
- Evtl. mit hellen Mehlen (Type 550) in kleinen Mengen mischen
- Evtl. mehr Backpulver verwenden
- Etwas Flüssigkeit (pro 100g 1-2 EL) nach und nach hinzugeben (Vollkorn bindet mehr Wasser und quillt auch nach kurzer Ruhezeit)
- Dinkel- und Weizenvollkornmehle eignen sich am besten

Vanillekipferl

Zutaten:

250 g	Weizenvollkornmehl, fein gemahlen
100 g	Mandeln, fein gemahlen
100 g	Zucker
1 Prise	Jodsalz
200 g	Butter
3 EL	Wasser
½ TL	Vanille, gemahlen oder Vanille aus 2 Schoten
3-4 EL	Puderzucker

Zubereitung:

Die Zutaten sollten kalt sein und schnell miteinander verarbeitet werden.

1. Mehl, Mandeln, Zucker, Salz und $\frac{2}{3}$ der Vanille gut vermischen, die kalte Butter in kleinen Stückchen dazugeben und mit dem Wasser zu einem Teig verkneten.
2. Aus dem Teig etwa 3 cm Durchmesser Rollen formen und diese abgedeckt etwa 30-60 Minuten kühl stellen.
3. Die Rollen anschließend in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.
4. Die Teigscheiben so rollen, dass die Mitte dicker und die Enden dünner sind und so eine Kipferl-Form entsteht.
5. Kipferl auf ein Backblech mit Backpapier setzen und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C/Umluft oder 160 °C/Gas Stufe 2 etwa 15 Minuten backen.
6. Restliches Vanillepulver mit dem Puderzucker mischen und die noch heißen Kipferl darin wälzen.

Tipp zu Vanille:

Bei der Verwendung einer Vanilleschote löst man das Mark und die Samen heraus und kann die eigentliche Schote dann weiter nutzen. Sie kann z. B. in ein Schraubglas mit Zucker eingelegt werden, um den Zucker zu aromatisieren. Mit Milch aufgekocht kann auch ein schönes Vanillearoma für einen Pudding erzeugt werden. Da in der Schote der Anteil an Aromen am höchsten ist, kann sie, frisch oder getrocknet, auch zerkleinert und für Süßspeisen verwendet werden.

Engelsaugen

Zutaten:

240 g	Weizenvollkornmehl
150 g	Butter
2	Eigelb (Eiweiß für Kokosmakronen verwenden)
2 TL	Vanillezucker, oder ½ TL Vanille, gemahlen
70 g	Puderzucker
1 TL	fein abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone, unbehandelt
1 Prise	Jodsalz



Außerdem:

Konfitüre (Himbeer- oder Johannisbeerkonfitüre) und Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:



Die Zutaten sollten kalt sein und schnell miteinander verarbeitet werden.

1. Mehl, Puderzucker, Zitronenschale, Salz und Vanillezucker gut vermischen, das Eigelb und die kalte Butter in kleinen Stückchen dazugeben und zu einem Teig verkneten.
2. Aus dem Teig Rollen von etwa 2 cm Durchmesser formen und diese abgedeckt etwa 1 Stunde kühl stellen.
3. Teigrolle in Scheiben schneiden und aus den Stücken kleine Kugeln formen.
4. In die Kugeln mit einem Kochlöffelstiel kleine Vertiefungen drücken und die Kugeln bei 180 °C Umluft ca. 10-15 Minuten backen.
5. Nach dem Backen, die Löcher mit etwas Konfitüre füllen und antrocknen lassen, bevor man die Plätzchen in Vorratsbehälter gibt.

Tipp zum Fett:

Meist wird für Plätzchenrezepte Butter als Zutat angegeben. Wer möchte, kann jedoch auch Margarine verwenden. Es sollte dann eine Margarine sein, die sich zum Backen eignet. Was man letztendlich verwenden möchte, ist eine Frage des Geschmacks. Es gibt jeweils gute Argumente für oder gegen Butter oder Margarine.

Kokosmakronen

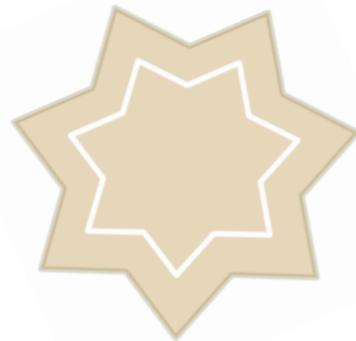
Zutaten:

150 g	Kokosraspel
150 g	Zucker
2	Eier (Eigelb für Engelsaugen oder Butterplätzchen verwenden)



Zubereitung:

1. Das Eiweiß mit dem Zucker sehr steif schlagen. (Eventuell 1-2 Tropfen Zitronensaft hinzufügen, dann wird das Eiweiß fester.)
2. Die Kokosraspel vorsichtig unterheben.
3. Die Masse in kleinen Häufchen auf einem Blech mit Backpapier setzen und bei 150 °C ca. 10 Minuten backen.



Tipp zur Zubereitung:

Wer es noch etwas exotischer bzw. fruchtiger mag, kann nach Belieben den Schalenabrieb einer Bio-Limette oder ca. 70 g kleingehackte Trockenfrüchte, wie z. B. Ananas, Mangos oder Kirschen hinzufügen.

Haferflockenplätzchen

Zutaten:

125 g	Butter
100 g	Zucker
20 g	Weizenvollkornmehl
250 g	kernige Haferflocken
1	Ei
½ TL	Backpulver
½ TL	Vanille, gemahlen oder Vanille aus 2 Schoten

Zubereitung:

1. Butter im Topf schmelzen und anschließend die Haferflocken hineinrühren. Das Ei mit Zucker und Vanille schaumig rühren und Mehl mit Backpulver unterheben.
2. Die erkaltete Haferflockenmasse dazugeben und gut verrühren.
3. Kleine Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und bei 170-180 °C Umluft ca. 15 Minuten backen.



Tipps zur Zubereitung:

Durch die Zugabe von 1 TL Zimt bekommen die Plätzchen einen besonders weihnachtlichen Geschmack.

Bei Kindern ab vier Jahren können Sie auch ohne Bedenken nach Belieben ganze Nüsse, wie Haselnüsse oder Mandeln, als Dekoration für die Plätzchen verwenden.

Spritzgebäck

Zutaten:

500 g	Weizenvollkornmehl
250 g	Butter
200 g	Zucker
100 g	Mandeln, gemahlen
½ TL	Vanille, gemahlen oder Vanille aus 1 Schote
1	Ei



Außerdem:

Ein Spritzbeutel oder besser einen Fleischwolf mit entsprechendem Aufsatz zum Formen der Plätzchen.

Zubereitung:



Die Zutaten sollten kalt sein und schnell miteinander verarbeitet werden.

1. Mehl, Zucker, Mandeln und Vanille gut vermischen, das Ei und die kalte Butter in kleinen Stückchen dazugeben und zu einem Teig verkneten.
2. Teig abgedeckt etwa 1 Stunde kühl stellen.
3. Teig nochmals durchkneten, damit er weich wird für den Spritzbeutel und dann Streifen oder Kringel direkt aufs Backblech mit Backpapier formen (Alternativ kann man anstelle des Spritzbeutels auch einen Fleischwolf mit entsprechendem Aufsatz verwenden).
4. Gebäck im vorgeheizten Backofen bei 180 °C/Umluft oder 160 °C/Gas Stufe 2 etwa 10-15 Minuten backen.



Tipps zur Zubereitung:

Die Rezepte der Zucker- und Schokoladenglasur bei den Butterplätzchen können Sie für das Dekorieren des Spritzgebäcks ebenfalls nutzen.

Als weitere Variation können Sie den Teig statt mit Mandeln, mit 50 g gemahlener Haselnüssen und 50 g Backkakao zubereiten.

Lebkuchenmännchen

Zutaten:

250 g	flüssiger Honig
100 g	Zucker
125 g	Butter
500 g	Weizenvollkornmehl
1 TL	Backpulver
1 Pck.	Lebkuchengewürz
2 EL	Backkakao
1	Ei



Außerdem:

Lebkuchenmännchen-Schablone (aus Backpapier) oder eine Ausstechform Zuckerguss (siehe Rezept Seite 1) und Zuckerperlen zum Dekorieren.

Zubereitung:

1. Honig, Zucker und Butter in einen Topf geben und aufkochen lassen. Die Masse in eine Schüssel geben und auskühlen lassen.
Mehl, Backpulver, Lebkuchengewürz und Kakao mischen und zusammen mit dem Ei unter die Honigmischung rühren, bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig in einer luftdichten Dose oder einen Topf ca. 2 Stunden ruhen lassen.
2. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und mit Hilfe der Onlinevorlage Lebkuchenmännchen ausschneiden. Die Lebkuchenmännchen auf einem mit Backpapier belegtem Blech im Ofen bei 180 °C für 10-12 Minuten backen.
3. Den Puderzucker mit dem Wasser vermischen und einen Zuckerguss herstellen. Auf die abgekühlten Lebkuchenmännchen mit dem Zuckerguss Gesicht und Verzierungen zeichnen.



Knusprige Schokosplits

Zutaten:

200-300 g	Schokolade, je nach Geschmack Weiße, Vollmilch oder Zartbitter
20 g	Butter, Margarine oder Kokosfett
60 g	(Vollkorn-)Cornflakes
60 g	Mandeln, gehackt

Zubereitung:

1. Schokolade zerkleinern und mit dem Fett im heißen Wasserbad schmelzen
2. Cornflakes per Hand zerbröseln, mit den gehackten Mandeln mischen und zu der geschmolzenen Schokolade dazugeben. Alles gut vermengen, sodass die trockenen Zutaten komplett mit Schokolade überzogen sind.
3. Mit 2 Teelöffeln kleine Häufchen auf ein Backblech mit Backpapier setzen. Ungefähr 2 Stunden fest werden lassen, nicht im Kühlschrank!

Tipps zur Zubereitung:

Wer noch mehr Variation haben möchte kann beispielsweise mit Gewürzen, wie Zimt oder Vanille, den Schokosplits eine besondere Note verleihen. Außerdem kann man die gehackten Mandeln durch andere Nüsse, wie beispielsweise Walnüsse, austauschen.

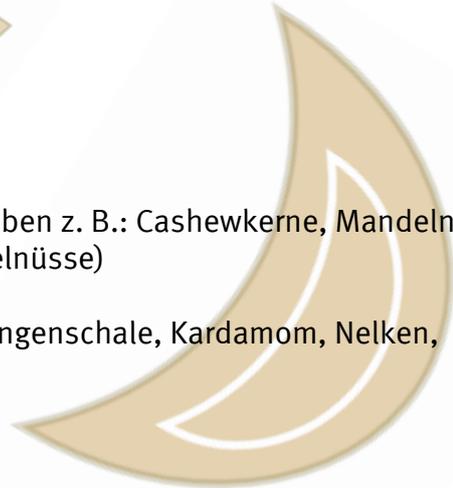
Das Rezept ist auch bestens dafür geeignet um Schokoladenreste (z. B. Weihnachtsmänner oder Osterhasen) zu verarbeiten.

Gewürznüsse



Zutaten:

- 500 g gemischte Nüsse und Kerne (nach Belieben z. B.: Cashewkerne, Mandeln, Pistazien, Pekan-, Para-, Wal- oder Haselnüsse)
- 80 g Honig
- 3 – 5 EL Spekulatiusgewürzmischung (Zimt, Orangenschale, Kardamom, Nelken, Koriander, Muskatnuss)



Zubereitung:

1. Honig in einem Topf schmelzen, Gewürze zugeben, mischen und glatt rühren.
2. Nüsse und Kerne dazugeben und unterrühren, bis alles gleichmäßig mit der Honig-Gewürzmischung überzogen ist.
3. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und bei 150 °C für ca. 30 Minuten backen und zwischendurch mehrfach wenden. Nach dem Backen vollständig auskühlen lassen.

Tipp zur Zubereitung:

Als Variation können beispielsweise die Spekulatiusgewürze durch Kakao und/oder Vanille ersetzt werden.

Mit Kindern backen:

Wichtige Zutaten beim Backen mit Kindern sind Zeit und eine gute Portion Gelassenheit. Der gemeinsame Spaß am Backen steht im Vordergrund. Schon sehr früh können Kinder dabei kleine Aufgaben übernehmen und so Fertigkeiten lernen, wie z. B.:

Alter	Aufgaben
ab 1,5 - 2 Jahre	Kleine Dinge bringen und suchen helfen
ab 3 Jahren	Beim Einkaufen helfen, Teig rühren, Plätzchen ausstechen und verzieren, Plätzchen aufs Blech legen
ab 4 Jahren	Zutaten zufügen, Teig kneten, Teig ausrollen, Fleischwolf für Spritzgebäck drehen und Plätzchen auf das Blech legen
ab 5 Jahren	Eier aufschlagen, Zutaten wiegen und messen, Handrührgerät halten



Weitere Informationen rund um die Kinderernährung finden Sie in unseren Ratgebern „Bärenstarke Kinderkost“ und „Mit Kindern essen“ in unserem Ratgebershop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/ratgeber

Verbraucherzentrale NRW
Gruppe Lebensmittel und Ernährung
Mintropstr. 27
40215 Düsseldorf
Tel. 0211/3809-121
E-Mail: ernaehrung@verbraucherzentrale.nrw
<https://www.verbraucherzentrale.nrw>