



HISTAMINARME CINNAMON ROLLS

Die weiche Butter mit dem Frischkäse in einer Schüssel schaumig rühren. Anschließend 80 g Zucker, Vanillezucker oder gemahlene Vanille und Eigelb zugeben und verrühren.

Das Mehl mit dem Backpulver vermischen, anschließend über die Masse sieben und mit dem Knethaken des Rührgerätes zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig zwischen 2 Lagen Frischhaltefolie circa 0,5 cm dick ausrollen. Die obere Schicht der Folie entfernen. Die Butter (2 EL) in einem Topf oder in der Mikrowelle schmelzen. Den braunen Zucker mit dem Zimt und der Butter verrühren und gleichmäßig auf dem Teig verteilen. Den Teig vorsichtig aufrollen und für 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Den Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Folie der Teigrolle entfernen und die Rolle in circa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben großzügig mit Abstand auf das Backblech legen und die Plätzchen auf der mittleren Schiene circa 12 Minuten hellbraun backen.



ZUTATEN:

- 60 g Butter
- 50 g Frischkäse (laktosefrei)
- 80 g Zucker
- 1 TL gemahlene Vanille
- 1 Eigelb
- 180 g Dinkelmehl Type 630
- 1 Msp. Backpulver
- 2 EL Butter
- 1 TL Zimt
- 75 g brauner Zucker



Wenn Histamin nicht ausreichend
abgebaut werden kann

