

Brune kager / 60 stk. – (Fra bogen "Julemad – kager og konfekt" fra www.diabetes.dk)

Ingredienser:

1. 25 g mandler
2. 2 dl hvedemel
3. 60 g Atwell eller Perfect Fit
4. 10 g sukat eller poleransskal
5. ½ tsk. potaske
6. 2 tsk. Brunkagekrydderi (1/4 pose)
7. 50 g margarine
8. ½ æggehvide

Fremgangsmåde

Mandler skoldes, smuttes og hakkes fint.

Hvedemel, Atwell, mandler, sukat, potaske og brunkagekrydderi blandes godt.

Margarinen smuldres i melet, og dejen samles med æggehviden.

Dejen æltes godt igennem og trilles til en ca. 5 cm tyk stang på ca. 25 cm.

Dejen lægges på et spækbræt og dækkes til med husholdningsfilm.

Dejen stille i køleskab i mindst 2 timer eller til næste dag.

Dejen skæres i tynde skiver, der lægges på en bageplade.

Kagerne bages ved 200° C i ca. 6 min.

2 stk.

Energi 400 KJ / kulhydrat 3 g / fedt 2 g