

Rezept

Amaranth-Käsegebäck

Ein Rezept von Amaranth-Käsegebäck, am 09.06.2026

Zutaten

150 g fein gemahlener Amaranth (aus dem Reformhaus, ersatzweise Buchweizen)	150 g helles glutenfreies Mehl
1 TL Weinstein-Backpulver	2 TL Guarkernmehl (aus dem Reformhaus)
100 g Magerquark	120 g kalte Butter
1 Ei	1 TL Salz
1 Eigelb	100 g geriebener herzhafter Hartkäse
Kümmel, geschälte Sesamsaat, Mohnsamen, grobes Meersalz, gehackte Pistazien oder Mandeln	1 EL Milch
	Mehl zum Arbeiten
	Backpapier fürs Blech

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 BACKBLECHE (À 10 STÜCK) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Den gemahlenden Amaranth mit den beiden Mehlsorten und Backpulver mischen, auf ein Backbrett geben. Die Butter in kleinen Stücken darüber verteilen. Den Magerquark mit Salz, Ei und geriebenem Käse verrühren. Mit der Mehlmischung zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 1 Std. kühl stellen
2. Den Backofen vorheizen. Die Bleche mit Backpapier belegen. Den Teig auf dem bemehlten Backbrett zu einem Rechteck von etwa 6 mm (Dicke) ausrollen. Mit einem Messer oder Teigrädchen Rauten, etwa 3 auf 6 cm, schneiden. Die Teigrauten auf die Bleche legen.
3. Das Eigelb mit der Milch verrühren und das Gebäck damit bestreichen. Nach Belieben mit Kümmel, Sesam, Mohn, grobem Salz, gehackten Pistazien oder Mandeln bestreuen. Das Käsegebäck nacheinander bei 220° (Mitte, Umluft 200°) in jeweils 12-15 Min. goldgelb backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.