

Rezept

Vegane Dattelrauten

Ein Rezept von Vegane Dattelrauten, am 10.06.2023

Zutaten

110 g Soft-Datteln (entsteint)

80 g gemahlene Mandeln

40 g Mehl

Salz

40 g Cashew-Mus

1 TL Weinstein-Backpulver

1 TL gemahlener Kardamom

Außerdem

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 30 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion**
Ca. 40 kcal, 2 g F, 1 g EW, 4 g KH

Zubereitung

1. Die Datteln mit Cashewmus und 3 EL Wasser in einem Standmixer fein pürieren. Mandeln, Backpulver, Mehl, Kardamom und 1 Prise Salz zugeben und alles zügig zu einem glatten Teig mixen. Den Teig zu einer dicken Platte formen, in eine verschließbare Box legen oder in Frischhaltefolie wickeln und ca. 40 Min. kühlen.
2. Den Backofen auf 180° vorheizen, ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ca. 1 cm dick ausrollen und mit einem Pizzaschneider oder einem scharfen Messer in Rauten (ca. 3 × 3 cm) schneiden.
3. Die Rauten auf das Backblech legen und im Ofen (Mitte) ca. 10 Min. backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen. In einer Blechdose kühl aufbewahren.