

Amaranth-Magrönli (glutenfrei)

130g Amaranth gepoppt

3 Stk. Eiweiss

½ Zitrone Saft

130g Zucker

Das Eiweiss steif schlagen. Alle Zutaten gut mischen, 10 Min. ziehen lassen und nochmals gut zusammenfügen. Magrönli mit zwei Esslöffeln portionieren und aufs Backblech mit Backpapier geben.

Backen: 180°C ca. 12 Min.

Tipp: Zusätzlich 100g Schokolade weich werden lassen, den Zucker reduzieren auf 80g, und die Zitrone weglassen. Passt hervorragend und gibt eine andere Geschmacksrichtung (nicht glutenfrei).



<http://hanspeter-ryf.ch>

Tel.: 061 971 8778