



# Bethmännchen

Zeit gesamt  
🕒 50min

Zubereitungszeit  
🕒 30min

Schwierigkeit  
👩‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 10 Portionen

Mandeln, ganz	140 g
Marzipanrohmasse	200 g
Eier	1 St.
Puderzucker	75 g
Weizenmehl, Type 405	50 g

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, kleiner Topf

1. Backofen auf 150 °C (Ober-/ Unterhitze) vorheizen. In einem Topf ca. 500 ml Wasser zum kochen bringen. In einer Schüssel Mandeln mit kochendem Wasser überbrühen, ca. 1–2 Min. ziehen lassen, dann abgießen. Mandelkerne aus den Häutchen drücken. 70 g der Mandeln längs in 2 Hälften teilen, die übrigen Mandeln fein hacken.
2. Marzipan zerkleinern, Ei trennen. In einer Schüssel Eiweiß mit gehackten Mandeln, Marzipan, Puderzucker und Mehl verkneten. Mit leicht bemehlten Händen daraus ca. 30 Kugeln formen.
3. In einer Schüssel Eigelb mit 1 EL Wasser verrühren, Bethmännchen damit bepinseln und auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Jeweils 3 Mandelhälften an jede Kugel drücken und im Backofen ca. 18 Min. hellgelb backen. Auskühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	226 kcal
Kohlenhydrate	22 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	13 g