



Kokos-Orangen-Makronen

Zeit gesamt
50min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 10 Portionen

Orangen	1 St.
Puderzucker	100 g
Eier	2 St.
Salz	
Kokosraspel	100 g
Backoblaten	20 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb, Handrührgerät mit Schneebesen, Gefrierbeutel, Spritzbeutel

1. Backofen auf 140 °C (Umluft) vorheizen. Orangen heiß abwaschen, trocken reiben, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Puderzucker sieben. Eier trennen (Eigelb anderweitig verwenden).
2. In einer Schüssel Eiweiß und Salz mithilfe eines Handrührgeräts mit Schneebesen steif schlagen, nach und nach Puderzucker zufügen und so lange schlagen, bis die Masse dickcremig ist. Kokosraspel, Orangenschale und 1 EL Saft unterheben.
3. Masse in einen Spritzbeutel geben, alternativ in einen Gefrierbeutel und eine Ecke abschneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech Backoblaten auslegen und darauf kleine Tupfen spritzen. Im Backofen ca. 35 Min. hell und knusprig backen. Kokos-Orangen-Makronen auf dem Blech abkühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	119 kcal
Kohlenhydrate	18 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	5 g