



Hozzávalók  
a tésztához:

1 kg finomliszt, 3 kiskanál szódabikarbóna, 1 evőkanál mézessütemény fűszerkeverék, 30 dkg porcukor, 30 dkg vaj vagy sütőmargarin, 2,5 dl méz, 3 tojás

a nyújtáshoz:

finomliszt

1. A lisztet a szódabikarbónával, a mézessütemény fűszerkeverékkel és a porcukorral összeforgatjuk. A vajjal vagy margarinnal elmorzsoljuk, majd a mézzel és a tojásokkal összedolgozzuk. Akkor jó, ha közepesen kemény tészta lesz belőle.
2. Ezután meglisztezett gyúrólapra borítjuk, 2-3 cipóra osztjuk. Az egyiket 3 milliméter vékonyságúra kinyújtjuk. 5-6 centi nagyságú, különböző formájú kiszúróval kiszaggatjuk.
3. Sütőpapírral bélelt tepsire rakjuk, és előmelegített sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) 8-10 perc alatt megsütjük.

Jó tanács

- A mézes formákat cukormázzal is díszíthetjük. Ehhez a tojásfehérjét félig felverjük, majd annyi porcukrot dolgozunk bele, hogy sűrűn folyós massa legyen (2 tojásfehérjéhez 25-30 dkg porcukor kell). Zsírpapírból hajtogatott habzsákba töltjük, és már „rajzolhatunk” is vele a figurákra.

150-180 darab

Elkészítési idő: 1 óra

Egy darab: 54 kcal • fehérje: 0,9 gramm • zsír: 1,8 gramm • szénhidrát: 8,5 gramm • rost: 0,5 gramm • koleszterin: 8 milligramm