



Vegane, glutenfreie Avocado-Vanillekipferl

⌚ Preparation time: 40 minutes
Cooking time: 25 minutes
Total time: 65 minutes

👤 Portions: 6

Zutaten für 2 Bleche

- 1 Avocado
- 3 EL Zitronensaft
- 1 Prise Meersalz
- 150 g [Reismehl](#)
- 25 g Flohsamenschalen | z.B. [diese Sorte](#)
- 150 g gemahlene Mandeln
- 6 g gemahlene Zitronenzesten | Fertigprodukt aus dem Supermarkt/der Backwarenabteilung
- 120 g Margarine | ich verwende Alsan
- 50 g Rohrzucker
- 1 Päckchen (5 Gramm) gemahlene Vanille
- 1 gehäufter TL Zimt
- 50 g Speisestärke

Außerdem: Backpapier

Zum Bestäuben

- 80 g Puderzucker gesiebt
- 1 TL Vanille gemahlen oder ein Päckchen Vanillin

Zubereitung (40 Minuten Arbeitszeit + 2 x 25 Minuten Backzeit)

1. Eine Avocado halbieren, den Kern entfernen und die Avocado mit 3 EL Zitronensaft und einer Prise Meersalz im Mixer pürieren. Ich verwende dafür den [Mixbehälter meines Stabmixers von Braun](#)* (*Amazon Affiliate-Link).
2. Unterdessen den Backofen auf 180 Grad Umluft (oder ein kleines bisschen weniger) vorheizen. Ein Ofenblech mit Backpapier belegen.
3. Die Margarine sollte etwas weich, aber nicht flüssig sein. Schneidet die Margarine in kleine Stückchen. Dann alle oben aufgeführten Zutaten zusammen mit der pürierten Avocado in eine Schüssel geben.
4. Zutaten mit den Knethaken eines Rührgeräts zu einem Teig vermengen. Der Teig wird dann wegen der noch nicht ganz weichen Margarine in etwa so aussehen:
5. Knetet daher dann den Teig anschließend mit den Händen nochmals kräftig durch und formt eine gleichmäßige Teigkugel.
6. Dann kleinere Portionen des Teigs abtrennen, Teig in der Handfläche kräftig kneten, eine Wurst formen, kleine Miniportionen abstechen und aus jeder Portion Teig zwischen den Handflächen eine feste, kompakte Kugel rollen, diese vorsichtig zwischen den Handflächen zu Würstchen Formen und diese zu "Hörnchen" biegen. So sehen die Arbeitsschritte aus:
7. Wichtig: Bitte achtet darauf, dass die Kipferl möglichst alle gleich groß sind (soweit möglich). Sonst werden einige durchgebacken sein und andere noch nicht. Und bitte formt die Spitzen der Kipferl nicht zu dünn, sondern eher stumpf und glatt, wie auf dem nachstehenden Foto zu sehen. Denn, wenn die Kipferl zu dünne Spitzen haben, werden die Enden schon durchgebacken sein und die Mitte der Kipferl nicht.
8. Kipferl auf das Backpapier geben und für ca. 25 Minuten im Ofen fertig backen. Die Kipferl sind fertig, wenn sie beginnen, leicht braun zu werden - aber nur leicht! Bitte seid zum Ende der Backzeit sehr aufmerksam, weil die Grenze zwischen "fertig" und "verbrannt" bei den Kipferl sehr dünn ist und die Backzeit je nach Ofenart und -alter variieren kann. Habt die Kipferl also im Auge...
9. Die erste Fuhre Kipferl dann aus dem Ofen nehmen. 3-4 Minuten abkühlen lassen. Puderzucker und Vanillezucker (oder Puderzucker gemischt mit gemahlener Vanille) auf einen leicht vertieften Teller geben und die Kipferl noch lauwarm vorsichtig darin wenden.
10. Dann mit dem restlichen Teig ebenso verfahren, bis alle Kipferl fertig sind.

Kipferl in einer mit Backpapier ausgelegten Keksdose aufbewahren. Lasst es Euch schmecken.