



Sauerkraut-Kokos-Makronen

Abgespültes und abgetropftes Sauerkraut hat eine ähnliche Konsistenz wie Kokosflocken in Gebackenem. Da schien es uns ganz natürlich, ihm in unseren beliebten glutenfreien Cookies eine Chance zu geben. Verrate das mit dem Sauerkraut aber besser erst, nachdem alle ihre Begeisterung nach dem Probieren kundgetan haben.

Diese Makronen sind saftiger als üblich. Das Backpapier hilft dabei, die heißen Makronen auf einen Rost zum Abkühlen zu bugsieren – oder aber direkt in den Mund.

Zutaten (ergibt ca. 12 Stück)

250 ml (1 Tasse) einfaches Sauerkraut (Seite 325)
4 Eiweiß von großen Eiern
170 g Zucker
30 g Tapiokamehl
1 1/2 TL Vanilleextrakt
1/4 TL Mandelextrakt
120 g Kokosraspeln (ungesüßt)

1. Heize den Ofen auf 160 °C vor. Lege ein Backblech mit Backpapier aus.
2. Gib das Sauerkraut in ein Sieb und lass es abtropfen. Drücke es aus, um möglichst viel Flüssigkeit zu entfernen. Hacke es anschließend grob, damit es für die optische Täuschung etwa die Größe der Kokosflocken erhält.
3. Vermische Eiweiß, Zucker, Tapiokamehl, Vanille- und Mandelextrakt in einer großen Schüssel. Gib Sauerkraut und Kokosraspeln dazu und vermische alles gut.

4. Platziere im Abstand von etwa 5 cm mithilfe von runden Esslöffeln Makronen auf das vorbereitete Blech und backe sie anschließend goldbraun.

5. Lass die Makronen etwa 1 Minute abkühlen und lege sie dann auf einen Rost zum Abkühlen, wenn du so lange von ihnen lassen kannst.

VARIANTE:

Schokoladen-Kokos-Makronen mit Roter Bete

Verwende anstelle des einfachen Sauerkrauts Rote-Bete-Sauerkraut (siehe Seite 282) und gib vor dem Formen der Makronen ein paar Schokostückchen dazu. Dadurch erhalten die Makronen eine tolle Pinkfärbung, und die Schokolade wird wunderbar weich.