



Die Weihnachtsguetzli-Klassiker

Deklaration der allergenen Lebensmittel

Guetzli	ohne Milch	laktosefrei	ohne Ei	ohne Nüsse	ohne Erdnüsse	glutenfrei	ohne Weizen	Rezept
Brunslis		x			x			Betty Bossi
Chräbeli	x	x		x	x			Betty Bossi
Haselnuss-Makrönchen	x	x			x	x	x	Betty Bossi
Kokos-Makrönchen	x	x		x	x	x	x	Betty Bossi
Mailänderli	*	*		x	x			Betty Bossi
Sablés			x	x	x			Betty Bossi
Spitzbuben	*	*		x	x			Betty Bossi
Vanillekipferl	*	*			x			Swissmilk
Zimtsterne	x	x			x	x	x	Betty Bossi

* wird anstelle von Butter pflanzliche Margarine verwendet, ist das Rezept laktosefrei und frei von Milch

Die klassischen Guetzlirezepte gelten als laktosefrei, wenn der Laktosegehalt auf 100g Guetzli weniger als 0.1g Laktose beträgt.

Tipps

Durch kleine Rezeptabänderungen werden die Weihnachtsguetzli-Klassiker auch für Allergiebetreffene geniessbar:

- Enthält das Rezept nur wenig Mehl (bis 100g), kann das Mehl durch eine **glutenfreie** Mehlmischung ersetzt werden. Eventuell muss die Flüssigkeitsmenge angepasst werden, da glutenfreie Teige mehr Flüssigkeit benötigen als herkömmliche. Wir empfehlen verschiedene Mehlmischungen auszuprobieren, um herauszufinden, mit welcher die besten Backergebnisse erzielt werden.
- Bei einer **Milchallergie** kann die Butter durch pflanzliche Margarine ersetzt werden (z.B. Sanissa Classic, Migros mit aha! Allergie-Gütesiegel).
- **Eier** lassen sich durch Ei-Ersatzpulver ersetzen. Erhältlich ist das Pulver in Reformhäuser oder Apotheken.