Artikel vom 16.08.2023 · Ausgedruckt am 27.11.2026, 08:29 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/dukkah-nordafrikanische-nuss-gewuerzmischung

Dukkah – nordafrikanische Nuss-Gewürzmischung



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 12 Portionen):
100 g ungeschälte Haselnüsse,
75 g Sonnenblumenkerne,
1 EL Fenchelsaat,
1 EL Koriandersaat,
2 EL Grünkernschrot,
30 g Erdmandelflocken,
1 TL schwarzer Kümmel,
2 EL Sesam,
½ EL Kümmelkörner,
2 EL grobes Meersalz,
½ TL gemahlener Pfeffer,
½ TL gemahlener Kreuzkümmel,
½ TL Zimt.

Zubereitung: Alle Nüsse und Samen in einer Pfanne bei mittlerer Hitze so lange rösten, bis es angenehm duftet. Dabei immer wieder umrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen, Salz und die gemahlenen Gewürze zugeben, alles gut vermengen. Etwas abkühlen lassen und mit dem Mörser oder einer Küchenmaschine mittelfrein mahlen. In ein sauberes Glas abfüllen und am besten über Nacht durchziehen lassen.