Artikel vom 17.12.2025 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 22:08 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/gewuerznuesse

Gewürznüsse



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 400 g):

1 Eiweiß (Größe L)

¼ TL Salz

2 + 2 EL Zucker

3 TL Kardamomgewürz

1 TL Fünf-Gewürze-Pulver

400 g Mandeln

Zubereitung:

Ein Backblech mit Backpapier auslegen und den Ofen auf 190 °C Umluft vorheizen. Das Eiweiß in einer Schüssel mit dem Salz steif schlagen, dann 2 EL Zucker und die Gewürze klümpchenfrei untermischen. Nun die Mandeln (es können auch andere Nüsse oder eine Nussmischung genutzt werden) hineingeben und so vermengen, dass die Nüsse mit der Eiweißmasse ummantelt sind. Dann auf das Backpapier geben und so verteile, dass die Nüsse nicht übereinander liegen. Nun den restlichen Zucker über die Nüsse streuen. Auf unterster Schiene etwa 10 Minuten rösten. Direkt aus dem Ofen sind die Nüsse noch recht weich, wenn sie abgekühlt sind, lassen sie sich leicht auseinanderbrechen. Am besten in einer Metalldose lagern, damit die Nüsse kross bleiben.

Kathrin Fries