

Kichererbsen-Plätzchen von Cecilia Antoni

...schmecken nicht nur zur Weihnachtszeit!

Rezept für ca. 30 Plätzchen

- 250 g gekochte Kichererbsen
- 100 g gemahlene Mandeln
- 2 - 3 EL Tahin (Sesampaste)
- 80 g Rohrohrzucker (oder Süße nach Belieben, z.B. Datteln)
- 1 TL Backpulver
- 1 TL grobes Meersalz

optional für die weihnachtliche Note:

- 1 TL Orangenzesten
- 5 Kardamom-Kapseln, mit Mörser zerstoßen
- 1 TL frischer Ingwer, gerieben und/oder Zimt
- Deko: nach Vorliebe (z.B. Puderzucker, geschmolzene Schokolade, gehackte Pistazien/Mandeln)



Zubereitung

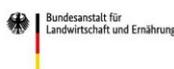
1. Den Ofen auf 200°C (Ober- und Unterhitze) vorheizen.
2. Die gekochten Kichererbsen, gemahlene Mandeln, Tahin, Zucker/Süße, Backpulver, Salz mit Orangenzesten, Kardamom und Ingwer bzw. Zimt in einem Standmixer/Küchenmaschine zu einem homogenen Teig verarbeiten. Der Teig ist klebrig und lässt sich so - am besten mit angefeuchteten Händen - zu kleinen Kugeln formen.
3. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit den Händen die Kugeln flach drücken.
4. Auf mittlerer Schiene ca. 15 - 20 Minuten backen. Sie werden nach dem Backen noch weich sein. Auf einem Kuchenrost abkühlen lassen. Nach dem Abkühlen sind sie außen knusprig und innen weich.
5. Dekorieren nach Vorliebe.
6. Im Kühlschrank luftdicht verschlossen aufbewahren.

Cecilia Antoni, www.beanbeat.de

Gefördert durch



Projekträger



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

legunet.de

