

Besan Laddu – Indisches Kichererbsenkonfekt



Heute wird es exotisch im Hause Naschkatze. Habt ihr schon mal von Laddu gehört, dem indischen Kichererbsenkonfekt, das auch indische Schokolade genannt wird? Ich kannte das bis vor zwei Wochen auch noch nicht, beziehungsweise hatte ich es vielleicht mal im Vorbeigehen im Bioladen gesehen, aber noch nie probiert.

Neulich habe ich unserer Nachbarin einen Dienst erwiesen und bekam als kleines Dankeschön ein Tellerchen mit drei Laddus vor die Tür gestellt. Ich war ganz fasziniert von dem Röstaroma der Kugeln und nach einem ersten Bissen war ich begeistert von der leichten Süße und dem nussigen Geschmack!

Was es genau war, fand ich im Netz heraus und suchte mir auch gleich ein Rezept, um das Konfekt selbst herzustellen. So

schwer kann das ja nicht sein, dachte ich mir. Und das stimmt auch! Einzig die lange Röstzeit, während der man die Masse rühren muss, bedeutet etwas Aufwand, ansonsten ist es kinderleicht!



Gewür

ze und Variationen

Ich habe das Laddu eher traditionell gewürzt mit Zimt und Kardamom, was ja für uns eh weihnachtlich ist, aber man kann

es in der Winter- oder Weihnachtszeit natürlich noch „europäisieren“ und zum Beispiel Spekulatius- oder Lebkuchengewürz nehmen und ein Weihnachtskonfekt daraus machen. =)

Als Zucker habe ich wieder Kokosblütenzucker verwendet, damit das Ganze noch ein bisschen gesünder ist und außerdem mag ich die leichte Karamellnote dieses Zuckers. Statt Ghee/geklärter Butter geht auch Kokosfett super, nicht zu verwechseln mit Kokosöl. Das Öl schmeckt nach Kokos. Wer das mag, kann auch das verwenden. Aber das Fett ist neutral im Geschmack, so kommen das zarte Aroma des gerösteten Kichererbsenmehls und die Gewürze besser zum Ausdruck.

Traditionell wird Besan Laddu wohl zu Kugeln gerollt, aber ich habe die Masse mit einem Teelöffel zu ovalem Konfekt geformt, das sah auch sehr schön aus.

Zutaten:

100 g Kokosfett (oder Ghee)
150 g Kichererbsenmehl
1 TL Zimt
1 TL Kardamom
60 g Kokosblütenzucker
1 Handvoll Pistazien, fein gehackt
einige Esslöffel Wasser

Fett in einer Pfanne schmelzen lassen und das Kichererbsenmehl bei niedriger Hitze darin unter ständigem Rühren 20 Minuten anrösten, bis es nussartig riecht.

Dann den Zucker, die Gewürze und die Pistazien dazu geben und etwas Wasser angießen und alles noch einmal gut verrühren, bis eine leicht klebrige Teigmasse vorhanden ist.

Den Herd ausschalten und die Masse mit einem Teelöffel und der Hand zu ovalem Konfekt formen. Man kann auch Kugeln rollen oder die Masse in eine rechteckige Form streichen und in Rechtecke oder Rauten schneiden. Im Kühlschrank oder bei kühlerer Raumtemperatur aufbewahren, am besten in einer Keksdose.



Diese Nascherei ist vergleichsweise gesund, aber auch recht nahrhaft, man sollte also nicht mehr als zwei oder drei Laddus auf einmal verputzen. Aber das gilt ja eigentlich für alle

Genussmittel. Auf jeden Fall ist es etwas Besonderes und ich hoffe, ihr seid nun genauso neugierig wie ich und habt Lust, es einmal auszuprobieren!

Habt ein genussvolles Adventswochenende!
Eure Judith

Schoko- Knusper- Herzen mit Marzipan, Keks und Mandeln



Der Frühling ist da! Endlich verwöhnt uns das Wetter mal wieder mit Blauer- Himmel- Tagen und schon warmem Sonnenschein. In der Luft liegt schon ein Hauch von Blüten, die Bienen sammeln wieder fleißig Nektar und die Vögel singen ihre Freude heraus. Ok, heute schwächelt es bei uns wieder ein bisschen, mit wintergrauem Himmel.

Aber vor einigen Tagen war ich an einem herrlichen Abend in den Weinbergen laufen. Nach einem Sonnentag riecht es dann so gut nach warmem Grün und man merkt richtig, wie die Erde

erwacht. Im Westen hinter der Hügelkette ging ganz still die Sonne unter, hauchte die wenigen zarten Wolkenschleier farbig an und beim Dehnen an der Sandsteinmauer blinzelte mich der erste Marienkäfer aus dem Lavendelstrauch an.

Allerhöchste Zeit, die letzten Spuren des Winters aus der Backstube zu tilgen!

Ein paar kleine Reste Marzipan verstecken sich noch in der Schubladenecke, eine Handvoll Mandeln harrt ihrer Dinge. Die Karamellkekse sind auch besser für graue Kältetage und heißen Tee.

Gedankenvoll gleitet mein Naschkatzenblick über die Zutaten. In ihrer Mitte ruht die stets gegenwärtige Schokolade.

Da machen wir doch Knusperpralinen aus alledem, um den Winter würdig zu verabschieden! Und Schokoladenknuspereien haben doch immer Saison!

Diese Herzen sind im Prinzip aufgemotzte Mandelsplitter. Man kann alle Reste an Nüssen, Marzipan, Keksen hineinkrümeln, die man so hat und es schmeckt köstlich zum Nachtisch oder zu einem Kaffee.

Zutaten:

100 g Zartbitterschokolade

40 g gehackte Mandeln

4 kleine (Karamell) Kekse (20 g)

65 g Marzipan, fein gehackt

1 Prise Fleur de sel

3 Messerspitzen Gewürze, z. B. Zimt, gemahlener Ingwer, etc.

Die Schokolade im Wasserbad schmelzen. Alles Zutaten fein hacken und in die flüssige Schokolade rühren.

Mit zwei Teelöffeln die Mulden einer (Herz-) Silikonform für Pralinen füllen. Alternativ Häufchen auf Butterbrot- oder Backpapier setzen oder kleine Pralinenförmchen aus Alu nehmen. Im Kühlschrank erstarren lassen, aus der Form lösen und kühl aufbewahren.[nurkochen]

Tipp: Wenn man eine Silikonform nimmt, sollte man ein kleines bisschen Schokolade abnehmen und diese auf die Böden der Herzformen verteilen, so dass diese gerade so bedeckt sind. Dann vermeidet man eher Lufteinschlüsse am Boden bzw. auf der Oberseite der Herzen, wenn sie fertig sind. Das ist mir passiert, weil die Masse sich nicht völlig gleichmäßig in die Formen drücken lässt.



Diese kleinen Herzchen sind aus meiner Küche per Post in die Main-Tauber-Richtung gereist, zusammen mit den [Aprikosen-Schoko-Cantuccini](#). Ich hoffe sehr, sie sind gut angekommen und haben viel Naschkatzen-Genuss beschert!

Euch wünsche ich wunderbar genussreiche Tage mit viel Sonne!
Bis bald,
eure Judith