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!

Gewürze 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

Gebackene Marzipankugeln frei nach Sweet Paul und Mozart

Sicher kennen viele von euch das Magazin Sweet Paul des New Yorker Food- Stylisten Paul Lowe, das Naschkatzen und DIY-Fans alle paar Wochen die Tage versüßt.
Vor einigen Tagen lag es bei mir wieder im Briefkasten, wie immer mit herrlichen Rezeptideen für Wassereis und Gebäck, herzallerliebsten Basteleien und viel Vorfreude auf den Sommer(genuss).

Ein Rezept hatte sofort meine Aufmerksamkeit: Pistazien-

Marzipankugeln, die mit Teig umhüllt und gebacken werden. Das, dachte ich mir, kann ich aus meinen grün gefärbten Torten-Marzipanresten machen! Und der zweite Gedanke war: das geht aber noch sündiger!

Irgendwo habe ich doch noch Nougat- lassen wir es gebackene Mozartkugeln werden…
Dani, mit der ich mich gestern zum Backen und Schwatzen traf, steuerte dann noch Pistazien bei, die wir ins Nougat steckten.

Heraus kam eine runde Köstlichkeit, die nicht nur wunderhübsch aussieht, sondern unter der knusprigen Teighülle mit Schokodekor und dem zart schmelzenden Nougat mit seinem Kern aus leicht salziger Pistazie den letzten und gewissen Kick hat.

Teig- Rezept:
200 g Mehl
75 g Zucker
85 g Butter
1 Ei
½ TL Zimt oder Keksgewürz

Meine Füllung und Deko:
400 g Marzipan
Nougat

Salzige Pistazien

Ca. 50 g geschmolzene Zartbitterschokolade oder –kuvertüre
1 EL fein gehackte Pistazien zum Bestreuen

Die trockenen Zutaten zusammen in eine Schüssel geben, die Butter in Stückchen und das Ei dazu geben und alles zu einem glatten Teig verkneten.
In Folie gewickelt ca. 1,5 Stunden kühlen.
Das Marzipan in kleine Kugeln portionieren. In die Kugeln eine Mulde drücken, etwas Nougat hinein streichen, eine Pistazie dazu legen und das Marzipan drum herum zur Kugel formen und rollen.
Den Teig dünn ausrollen, Kreise ausstechen (ca. 10 cm Ø) und die Marzipankugeln mit Teig umhüllen, rund rollen.
Die Kugeln bei 175° C 25 Minuten backen, bis sie leicht goldbraun sind.
Abkühlen lassen, dann mit der geschmolzenen Schoki und mit den Pistazien verzieren.[nurkochen]

Probiert es aus, das Kugelrollen und Backen macht Spaß (vor allem in netter Gesellschaft! Danke, Dani =) und das Ergebnis ist toll als Mitbringsel, Geschenk oder Kleinigkeit zum Kaffee, wenn Freunde vorbei schauen.
Mit einem Haps sind die im Mund…mjamhmm… =)

Habt eine genussvolle Zeit beim Backen, Plaudern mit Freunden und Knabbern!
Eure Judith ♥

PS: Das Rezept der Marzipankugeln ist nicht von Sweet Paul selbst, sondern aus dem Buch „Grüße aus meiner Küche“ von Lisa Nieschlag und Lars Wentrup, Hölker Verlag, 16,95 Euro.