

# „Koch´mein Rezept“: Kardamom-Paranuss-Kekse



Nach einer längeren Pause aufgrund von diversen Reisen und dann wieder beruflicher Projekte nehme ich endlich mal wieder an dem schönen Blogevent von [„Volker mampft“](#) teil: [„Koch´mein Rezept“](#).

Dieses Mal wurde mir Mrs. Flax mit ihrem Blog [„Vive la Réduction“](#) zugelost, also habe ich mich da mal umgeschaut...

Der Blog ist sehr breit aufgestellt und behandelt unter anderem Alltägliches, Garten, Haus, Reisen, Experimente in der Küche und sogar hin und wieder Politisches.

Natürlich habe ich mich vor allem im beachtlichen Rezeptefundus umgeschaut und finde, Mrs. Flax kocht durchaus ambitioniert und probiert sehr viel aus – aus vielen verschiedenen Länderküchen und auch oft für deutsche Leser geradezu „exotisch“. Was ich total spannend finde!

Da ist alles dabei: Brote, Gebäck, Fisch, Fleisch, Gemüse. Viele spanisch klingende Gerichte habe ich da gelesen, aber auch arabische oder französische. Crêpe Suzette, Coq au vin, Croquetas de Sobrasada, Dadar Gulung, Döppekooche – ja, sogar deutsche Regionalküchen sind vertreten.

Nach längerem Stöbern habe ich mich für etwas Simples entschieden: Kardamom-Paranuss-Kekse, die eigentlich [Kardamom-Pistazien-Plätzchen](#) waren. Pistazien hatte ich nicht da, Plätzchen-Zeit ist nicht mehr – also gibt es Kekse, die gehen immer! Meistens nehme ich es mit Rezepten ja nicht so ganz genau... aber so entsteht Neues, auch beim „Nachkochen“!

Da ich zurzeit nicht immer so viel Zeit für aufwendige Küchenprojekte habe, waren schnelle, unkomplizierte Naschereien perfekt!

Im Prinzip ist es herrlich mürbes Buttergebäck mit intensiver Kardamom-Note. Für den Biss habe ich Paranüsse gehackt, die passen sehr schön dazu.



### **Für 1 Blech:**

120 g weiche Butter

50 g Puderzucker

frisch gemahlener grüner Kardamom (Samen aus 6 Kapseln)

150 g Dinkelmehl 630

50 g fein gehackte Paranüsse

Salz

Butter und Puderzucker cremig rühren, dann den Kardamom, das Mehl sowie 1 Prise Salz dazugeben und alles verrühren.

Den Teig zu einer gleichmäßigen Rolle formen und 1–2 Stunden kühlen.

Dann den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen.

Die Teigrolle mit einem scharfen Messer in Scheiben schneiden und diese mit ein bisschen Abstand (sie gehen nicht stark auf, da kein Backpulver enthalten ist) auf das Blech legen.

Etwa 10 Minuten backen und auf dem Blech kurz abkühlen lassen, damit sie nicht zerbrechen, dann auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen.



Die Kekse schmecken recht intensiv nach Kardamom, was ich klasse finde. Zurzeit habe ich offenbar eine kleine Kardamom-Phase. Wer es nicht so intensiv mag, sollte nur 3–4 Kapseln nehmen oder gemahlene Kardamom kaufen – der dürfte eh weniger aromatisch sein als der frisch gemahlene/gemörserte.

Ich hoffe, ihr habt jetzt Lust bekommen, Kardamom-Paranuss-Kekse zu naschen – und euch mal bei „Vive la Réduction“ umzusehen.

Ich wünsche euch bei allem eine genussvolle Zeit,

eure Judith