

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!



ze und Variationen

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

Gewür

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.



Nascherei

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

Zum Naschen & Verschenken: Spekulatius-Rum-Kugeln



In zwei Wochen ist es soweit – schon wieder ist Weihnachten gekommen und das Jahresende winkt auch schon. So langsam kann man sich also mit Weihnachtsgeschenken beschäftigen.

Ich schenke ja sehr gerne was aus der Küche. Vor allem bei

Einladungen in der Weihnachtszeit sind Selbstgebackenes oder ein Tütchen Trüffel immer ein tolles [Mitbringsel](#).

Heute bin ich bei einer Freundin in Heidelberg zum Geburtstag eingeladen. Ich freue mich sehr darauf, meine alte Unistadt wieder zu sehen. Der Gang durch die Altstadt und über den Weihnachtsmarkt wird sicher Sentimentalität auslösen, denn so eine Stadt wird einem über die Jahre ja doch sehr vertraut. Und ich kann nicht sagen, wie oft ich durch die Altstadt gelaufen bin (zumal meine Institute beide im alten Zentrum waren) und wie viele Stunden ich auf dem Weihnachtsmarkt zugebracht habe. Eine schöne Zeit war das.



Da ich nie mit leeren Händen komme, wenn ich eingeladen bin – zumal ich übernachten darf – habe ich gestern Spekulatius-Rum-Kugeln gemacht. Das ging ganz fix und wirklich jeder kriegt

dieses Rezept hin. Wenn ihr also noch ein schnelles Geschenk braucht, sind diese Kugeln perfekt!

Für ca. 20-25 Stück:

120 g Spekulatius
25 g Puderzucker
2 EL Rum
130 g Zartbitterschokolade
20 g Butter
1 Prise Lebkuchengewürz
1-2 EL Kakao
1-2 EL Puderzucker

Den Spekulatius im Blitzhacker zu feinen Bröseln mahlen.
Schokolade und Butter im Wasserbad schmelzen lassen, dann den Rum untermischen.

Puderzucker, Gewürz und Spekulatius untermischen. Wenn die Masse zu trocken ist, noch ein klein wenig Rum dazu geben.
Aus der Masse 20-25 Kugeln rollen und in zwei tiefe Teller setzen (jeweils die Hälfte).

Im Kühlschrank kurz fest werden lassen, dann in den einen Teller Puderzucker, in den anderen Kakaopulver geben und die Kugeln durch leichtes Schwenken darin rollen, bis sie ganz überzogen sind.

Kühl aufbewahren.



Gibt es einen Weihnachtsmarkt, auf den ihr euch besonders freut? Oder der euch sentimental werden lässt, weil er euch an frühere Zeiten erinnert?

Sicher wird der eine oder andere am Wochenende über einen Weihnachtsmarkt schlendern oder auch in der Küche Plätzchen oder Weihnachtsgeschenke herstellen.

Ich wünsche euch jedenfalls viel Spaß und genussvolle Tage!
Eure Judith



Weitere kugelige Ideen zum Verschenken gesucht? Dann schaut doch mal bei meinen [Schokotrüffel mit Cranbeeries](#) oder den [veganen Olivenöl-Trüffeln mit Fleur de Sel](#) vorbei!

Engelsaugen/ Husarenkrapfen/ Thumbprint Cookies mit Nugat



Ganz

ehrlich: Ich habe keine Ahnung, wie ich diese Plätzchen jetzt nennen soll! Nach minutenlanger Suche bei Pinterest habe ich drei Bezeichnungen gefunden. Im englischsprachigen Raum findet man thumbprints, also Daumenabdruck-Kekse, im Deutschen mehrere Namen. Wahrscheinlich hängt das von der Region ab. Man kann natürlich auch einfach Nugatplätzchen sagen und das Problem umgehen.

Bei aller Namenunsicherheit steht aber fest: Lecker sind sie! Nugat finde ich einfach eine ganz tolle Zutat und da es so süß ist, habe ich im Schokoteig recht wenig Zucker verwendet und noch ein bisschen Kaffeemehl dazu gegeben, denn Kaffee und

Kakao passen ja auch hervorragend zusammen.
Lässt man Kaffee und Kakao weg und gibt vielleicht etwas Zimt
oder Vanille dazu, kann man die Füllung zum Beispiel auch
fruchtig machen, mit Lemon Curd, Orangenmarmelade oder was man
auch immer mag.



Die Kekse sind total einfach gemacht und auch toll für Kinder, denn man muss die Teigportionen nur zu Kugeln rollen und ein Loch hinein drücken. Das macht Groß und Klein Spaß! =)

Für ca. 20 Stück:

120 g kalte Butter

100 g Mehl

40 g Stärke

40 g Puderzucker

25 g Kakao

1 Prise Salz

$\frac{1}{2}$ TL Backpulver

1 TL Kaffeemehl* (notfalls geht auch Instantpulver)

100 g Nugat, geschmolzen

* Ich habe welches aus Kreta mitgenommen. Dort wird der Kaffee feiner gemahlen als bei uns und ist wirklich wie Mehl. Hat man so etwas nicht da, ist lösliches Kaffeepulver sicher der beste Ersatz.

Alle trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen. Die Butter in kleinen Stückchen darüber geben und alles schnell zu einem glatten Teig verkneten.

Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

Zwei Stangen rollen und in ca. 20 gleichmäßige Stücke schneiden. Die Stücke zu Kugeln rollen, mit etwas Abstand auf das Blech legen und mit dem Ende eines Holzkochlöffels ein Loch hinein drücken.

Circa 10 Minuten backen, im Zweifel einen Keks raus nehmen und probieren.

Auf einem Gitter abkühlen lassen und das Nugat im Wasserbad schmelzen lassen. Dann mit zwei Teelöffeln die Mulden der Kekse mit Nugat füllen.

Auskühlen lassen und in luftdicht schließenden Dosen aufbewahren.



Diese Kekse waren am schnellsten weg, das sagt wohl alles. Ich werde wohl noch mal welche backen, eine Hälfte Nugat habe ich ja eh noch da.

Habt ihr solche Plätzchen schon mal gebacken? Und kennt ihr vielleicht noch andere Namen als die oben genannten?? Ich bin gespannt, ob ihr noch welche beisteuern könnt! Hinterlasst doch einen Kommentar, mal schauen welche Namen wo gebräuchlich sind!

Habt eine genussvolle erste Adventwoche!
Eure Judith

Chili-Cheddar-Cheese-Burger



Naschkatze

Letzte Woche gab es im Hause Naschkatze mal wieder Burger. Nach meiner Diät ohne Gluten, Weizen und Milcheiweiß kam ein

kleiner Gewinn gerade recht: Bei einer Instagram-Aktion hatte ich ein Paket von Kerrygold gewonnen mit Butter, verschiedenen Käsesorten und einem Burgerpattie-Stempel (Nennt man das Ding so? Ich habe die korrekte Bezeichnung vergessen...). Der Chili-Cheddar und der Stempel gaben ganz klar den „Sonntagsbraten“ der Woche vor: **Chili-Cheddar-Cheeseburger** sollte es geben, was für eine tolle Alliteration.

Den Chili-Cheddar haben wir auf dem Fleisch schmelzen lassen und dann auf den Burger gepackt. Wir waren ziemlich begeistert davon, denn der Käse hat wirklich Pepp und wir mögen es ja scharf. Wer bei Chili empfindlich ist, sollte vielleicht besser normalen Cheddar nehmen.



Naschkatze

Norma

lerweise hätte ich die wunderbaren Burgerbuns aus der „Burgerbibel“ gebacken, aber diesmal war ich faul und kaufte bei Alnatura Dinkel-Ciabatta-Brötchen, die ganz wunderbar

passten.

Ganz klassisch kamen Salat, Zwiebelringe und Tomatenscheiben und ein bisschen Ketchup aufs Brötchen. Es war ein Festmahl! Naschkater und ich waren im Burgerhimmel und aßen, bis wir nicht mehr konnten.

Für 2-4 Burger:

2-4 Ciabattabrotchen (möglichst rund oder „quadratisch“)

300-400 g Hackfleisch vom Rind

4-8 Scheiben Chili-Cheddar (oder anderer Käse)

1 Tomate in Scheiben

etwas Blattsalat

1 (rote) Zwiebel in dünnen Ringen

Ketchup

Salz, Pfeffer

Das Fleisch eine Weile vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen, dann die Patties formen und in einer heißen Pfanne mit etwas Fett (Butterschmalz oder Rapsöl) nach Wunsch braten. Nach dem Wenden salzen, pfeffern und den Käse auflegen und schmelzen lassen.

Die Brötchen aufschneiden, mit Ketchup bestreichen und mit Gemüse und Salat belegen, dann das Fleisch darauf geben und Deckel auflegen.

Toll an dem Fleischstempel fand ich, dass ich das rohe Fleisch nicht anfassen und mir somit nicht ständig die Hände waschen musste. Das Fleisch habe ich in der Packung mit einem Löffel in Portionen zerteilt, mit dem Esslöffel in die Form gegeben und das Pattie „gestempelt“, das ich dann einfach mit Schwung in die Pfanne habe plumpsen lassen. Ging wunderbar!



Naschkatze

Wir werden sicher wieder öfter Burger machen, sie sind einfach zu lecker! Und dazu noch so schön unkompliziert.
An dieser Stelle auch noch mal Danke an Kerrygold für das

Genusspaket bzw. das Gewinnspiel. =)

Mögt ihr Burger auch so gern? Welche sind eure Favoriten?

Habt einen genussvollen Tag!

Eure Judith

Schwarz-weiße Weihnachtskekse mit Spiral- oder Marmormuster



Naschkatze

Schwarz-Weiße-Weihnachtskekse habe ich früher in der Weihnachtszeit total oft gebacken. Ich liebte wahrscheinlich das „Bastel-Element“ daran, das Zusammensetzen der einzelnen Teigstränge zu Schachbrettmustern oder Ähnlichem. Davon abgesehen schmeckt es einfach köstlich! Schokolade kann für meinen Geschmack ja

immer dabei sein und der vanillige Teig mit einem Hauch Zimt lässt Adventsgefühle aufkommen.

In den letzten Jahren geriet dieses Gebäck allerdings bei mir in Vergessenheit – keine Ahnung warum. Nun habe ich es mal wieder gebacken und zwar mit echter geschmolzener Schokolade im Teig, nicht wie früher mit Kakaopulver. Ich fand den dunklen Teig ein bisschen zu weich, um zum Beispiel ein Schachbrettmuster zu machen, aber für eine Spirale oder Marmorkekse war er einwandfrei und außerdem einfach nur lecker.



Für ca. 2 Bleche:
200 g weiche Butter
100 g Puderzucker

Mark einer halben Vanilleschote
1 Prise Meersalz
 $\frac{1}{2}$ TL Zimt
300 g Dinkelmehl
40 g dunkle Bitterschokolade
1 Ei
Milch zum Bestreichen

Butter, Puderzucker, Ei, Salz und Vanille zu einer glatten Masse verrühren, dann das Mehl darüber sieben und einarbeiten. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen.

Den Teig in zwei Portionen teilen und einen Teil mit der Schokolade verkneten.

Beide Teige ca. 1 Stunde kühlen, dann auf leicht bemehlter Arbeitsfläche ausrollen und nach Belieben zuschneiden, zusammensetzen, aufeinander legen... Für die Spirale legt man zwei gleich große Teigplatten aufeinander (mit etwas Milch bestreichen zum Zusammenkleben) und rollt sie ein. Für das Marmormuster verknnetet man grob Stücke von beiden Teigsorten und rollt eine Wurst von dem Durchmesser, den die Kekse haben sollen. Die Rollen eine Weile kalt oder am besten ins Gefrierfach stellen, dann in gleichmäßige Scheiben schneiden und auf mit Backpapier belegte Bleche legen.

Im vorgeheizten Ofen bei 150°C ca. 20 Minuten backen, bis die Kekse leicht Farbe bekommen.

Abkühlen lassen und in Keksdosen aufbewahren.



Habt ihr auch schon mal Schwarz-Weiß-Kekse „gebastelt“? Ist das was für euch, oder habt ihr dafür keine Geduld und helft lieber beim Aufessen? =D

Genialerweise kann man diese Kekse eigentlich das ganze Jahr über essen, sie sind ein zeitloser Klassiker, finde ich.
Ich wünsche euch jedenfalls einen genussvollen Start in die Weihnachtszeit!

Eure Judith

[Shortbread](#) ist ebenfalls ein Klassiker und lässt sich wunderbar mit Gewürzen (zum Beispiel Lebkuchengewürz) oder fein gehackten Zutaten wie Cranberries zu Weihnachtsplätzchen wandeln.