

„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

Nuss - Kardamom - Kekse



Ihr Lieben, ich hoffe, ihr hattet wunderschöne Weihnachtstage mit euren Lieblingsmenschen und einen sanften Übergang in ein hoffentlich gesundes, erfülltes und genussreiches Jahr 2022!

In den letzten Wochen war es hier etwas stiller. Das hatte mehrere Gründe. Zum einen durfte meine geliebte Oma nach jahrelanger Demenz endlich ihren Frieden finden, zum anderen war ich glaube ich auch grundsätzlich ziemlich fertig von diesem anstrengenden Jahr. Da brauchte ich in der Weihnachtszeit und auch jetzt um den Jahreswechsel einfach mal Zeit für mich und viel Ruhe, um aufzutanken. Das kennt ihr sicher auch.

Da nun aber die letzten Weihnachtsplätzchen schon mindestens eine Woche lang aufgefuttert sind, wurde es gestern Zeit, mal wieder den Ofen anzuwerfen. Ich hatte verrückterweise noch mal Lust auf Kekse, da hatte mir Naschkater einen Floh ins Ohr

gesetzt.

Also backte ich spontan Nusskekse mit feiner Kardamom-Note.



Ich habe Kokoszucker genommen, aber zusammen mit den gerösteten Nüssen war diese karamellige Note dann recht dominant. Wer Kardamom eh nicht mag, kann ihn weglassen und hat dann wunderbar nussig-karamellige Kekse.

Wer den Kardamom schmecken möchte, sollte Rohrzucker nehmen (weißer Rübenzucker geht natürlich auch), damit der Eigengeschmack nicht zu sehr dominiert.

Da ich Kapseln von grünem Kardamom habe und die Samen selbst mörseren, müsstet ihr euch vielleicht rantasten, wie viel gemahlene Kardamom ihr nehmt. Mit einem guten Teelöffel könnt ihr aber sicher starten. Da der Teig keine rohen Eier enthält, kann man ja bedenkenlos abschmecken.



Falls ihr keine gerösteten gemahlene und gehackte Nüsse findet, könnt ihr selbstverständlich auch nicht-geröstete nehmen! Geröstet haben sie natürlich viel mehr Aroma, aber beim Backen werden sie ja eh noch mal leicht geröstet. Man kann auch vorsichtig bei mittlerer Hitze und unter ständigem Rühren Nüsse ohne Fett in einer beschichteten Pfanne rösten und dann klein hacken und ansonsten gekaufte gemahlene Nüsse verwenden. Alternativ könnt ihr auch Mandeln nehmen.

Für 45 Stück:

70 g weiche Butter (oder (vegane) Margarine)
90 g Rohrzucker (oder Kokoszucker)
2 Leinsameneier (LSE) *
100 g Dinkelmehl Type 630
1 geh. TL Backpulver
Gemörserte Samen von 8 Kapseln grünem Kardamom
1 Prise Salz
90 g gemahlene (geröstete) Nüsse
30 g gehackte (geröstete) Nüsse

** LSE: Für 1 Leinsamenei 1 EL Leinsamen mit 3 EL Wasser quellen lassen und dann cremig pürieren.*

Die Butter mit dem Zucker cremig rühren, dann die LSE dazugeben und einrühren. Mehl, Backpulver, Kardamom, Salz und sowohl gemahlene als auch gehackte Nüsse mischen und dann zum Buttermix geben und zu einem homogenen Teig verrühren. Den Teig kurz kühlen, damit er nicht klebt.

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

Teelöffelgroße Portionen des Teigs zu Kugeln rollen, mit ein wenig Abstand aufs Blech legen und dann leicht flach drücken. Circa 15 Minuten backen.

Habt ihr zur Zeit Lust auf Kekse oder generell Gebackenes?

Oder braucht ihr nach der Weihnachtszeit eine Pause von der ganzen Nascherei?

Wer lieber etwas Herzhaftes mag, für den habe ich demnächst leckeres und unkompliziertes Knoblauch-Naan aus Dinkelvollkorn und Buchweizen.

Habt einen federleichten Start in die neue Woche!

Eure Judith



Windbeutel... oder besser: Windsäcke mit Matcha- und Kardamom-Schoko – Füllung



Nicht ganz österlich, aber farblich frühlingshaft! Und nach diesem Sturm die letzten Tage sind Windsäcke ja auch mehr als passend... =)

Als ich vor etwa zwei Jahren das erste Mal Windbeutel gebacken habe, war ich ja nicht so ganz zufrieden, denn sie gingen nicht so auf, wie sie sollten und waren innen nicht perfekt hohl, um sie optimal zu füllen. Deswegen habe ich diesmal die Häufchen sehr großzügig gespritzt, in der Hoffnung, dass sie sich dann gut füllen lassen.

Allerdings gingen sie diesmal so gut auf, dass ich mich beim Öffnen des Backofens eher Windsäcken gegenüber sah...

Von ihrer Größe abgesehen waren sie aber wunderbar knusprig, innen hatten sie viel Raum für Creme.

Nachdem ich neulich die [Mini- Cupcakes mit Matcha](#) und die

Eclairs gebacken habe, hatte ich noch mal Lust auf eine Kombi aus beidem. Außerdem wollte ich gerne meinem Naschkater etwas Süßes aus Brandteig backen, da er die Eclairs leider nicht kosten konnte.

Matcha ist zurzeit meine Huldigung an den Frühling, der so langsam an Kraft gewinnt und die Natur grün färbt. Da hat man Lust auf etwas Leichtes, Luftiges, Frisches und das bieten Windbeutel und der erdig-grüne Geschmack von Matcha – und seine Farbe sowieso. =)

Also machte ich eine Pudding- Füllung mit dem Tee- Pulver und eine mit Kardamom- Schokolade noch dazu, denn Schoki geht und muss ja immer, oder?



Lust

bekommen? Dann los!

Teig:

- 125 ml Wasser
- 60 g Butter
- $\frac{1}{2}$ TL Salz
- 90 g Mehl
- 1 EL Zucker
- 3 (kleine) Eier

Füllung:

- $\frac{1}{4}$ L Milch

$\frac{1}{2}$ Päckchen Vanillepuddingpulver
3 EL Zucker
1 geh. EL Matchapulver
1 geh. EL Kakaopulver
 $\frac{1}{2}$ TL Kardamom, gemahlen
3 EL Crème fraîche

Windbeutel:

Für den Teig das Wasser, die Butter und das Salz in einen Topf geben und unter Rühren aufkochen lassen. Mehl und Zucker mischen und auf einmal ins kochende Wasser geben, dabei ständig rühren! Alles so lange rühren, bis sich ein Kloß bildet, der sich vom Boden löst.

In eine Schüssel geben und kurz abkühlen lassen. Dann die Eier einzeln unterrühren (am besten mit dem Handmixer), bis ein glatter Teig entstanden ist.

In einen Spritzbeutel mit Sterntülle umfüllen und abkühlen lassen.

Ein Blech mit Backpapier auslegen oder fetten und mit Mehl bestäuben.

Den Ofen auf 200° C vorheizen.

Kleine Rosetten- Häufchen aufs Blech spritzen und sie in 20-30 Minuten (gegen Ende besser im Auge behalten!) goldbraun backen.

Auf einem Gitter abkühlen lassen.

Füllung:

Aus der Milch, dem Zucker und dem Puddingpulver nach Anweisung einen Pudding kochen.

Den abgekühlten Pudding mit der Crème fraîche vermischen und die Masse halbieren.

In die eine Hälfte das Matchapulver, in die andere den Kakao und den Kardamom rühren.

Beide Cremes in einen Spritzbeutel mit spitzer Tülle füllen, die man gut in die Beutel stechen kann.

An den abgekühlten Windbeuteln eventuell mit einem Stäbchen an einer Stelle ein Loch vorbohren und sie dann mit den zwei Cremes füllen.[nurkochen]



Habt ihr schon mit Brandteig gebacken und was sind eure Erfahrungen? Fandet ihr es leicht oder schwierig? Ist es euch geglückt? Wenn nicht, ist vielleicht auch bei euch die Zeit für einen zweiten Versuch gekommen. Falls ja, findet ihr hoffentlich die Füllung neu und spannend.

In jedem Fall wünsche ich euch viel Spaß beim Nachbacken und Aufessen!

Habt genussvolle Ostertage!

Eure Judith

