



Würzig - pikante Paranüsse

- **Portionen:** 5-6
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '5-6', 'yield' : " } });
```

Etwas Herzhaftes zum Knabbern

Zutaten

- 400 g Paranusskerne
- 1 gehäufte Tl schwarze Pfefferkörner
- 2 Tl Chiliflocken
- 1 gehäufte Tl Fenchelsaat
- 1 Tl gehäufte Tl Koriandersaat
- 1 Tl Kurkuma
- 2 Eiweiß
- 2 Tl grobes Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Den Backofen auf 200 ° C vor heizen, das flache Backblech mit Backpapier auslegen.

Schritt2

Die Gewürze in einem Mörser oder mit dem Stabmixer zerstoßen. Das Eiweiß steif schlagen und mit dem Salz und den Gewürzen vermengen.

Schritt3

Die Nüsse durchziehen, "ummanteln" und nebeneinander auf dem Backblech ausbreiten.

Schritt4

Auf der mittleren Schiene ca. 10 min. rösten, dann abkühlen lassen.

Schritt5

Rezeptart: Teegebäck

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/wuerzig-pikante-paranuesse/>