

Rezept

Gefüllte Aprikosen

Ein Rezept von Gefüllte Aprikosen, am 09.06.2026

Zutaten

25 g gemahlene Mandeln

1 TL Honig

20 getrocknete Soft-Aprikosen

1/2 Bio-Orange

20 g Instant-Couscous

3 EL gehackte Pistazien

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 20 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 40 kcal

Zubereitung

1. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten bis sie duften.

2. Orange heiß abwaschen, Schale oberflächlich abreiben und Saft auspressen. 60 ml Orangensaft mit Honig und Couscous verrühren und etwa 15 Min. ziehen lassen.

3. Geröstete Mandeln, Orangenschale und Orangen-Couscous mit einem Pürierstab cremig pürieren.

4. Die Aprikosen der Länge nach aufschneiden, auseinanderdrücken und mit der Masse füllen, Füllung mit den Pistazien bestreuen.