

Rezept

Gefüllte Aprikosen

Ein Rezept von Gefüllte Aprikosen, am 31.05.2023

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.