

Rezept

Kardamom-Schoko-Plättchen

Ein Rezept von Kardamom-Schoko-Plättchen, am 27.05.2026

Zutaten

2 TL Kardamomsamen (so kaufen oder aus 20-30 grünen Kardamomkapseln herauslösen)

200 g Zartbitterschokolade (etwa 70% Kakaoanteil sollte sie schon haben)

1 EL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für etwa 70 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 15 kcal

Zubereitung

1. Die Kardamomsamen in einer Pfanne bei schwacher Hitze 1-2 Minuten unter Rühren anrösten, bis sie fein zu duften anfangen. In den Mörser schütten und mit dem Stößel so fein wie möglich zerdrücken. Je feiner das Pulver wird, desto besser verteilt sich später der Geschmack in der Schokolade.

2. Die Schokolade in Stücke brechen und in eine Metallschüssel füllen. In ein heißes Wasserbad setzen und schmelzen lassen. Dabei immer mal durchrühren, dann geht es schneller.

3. Ein Küchenbrett oder Backblech mit Backpapier auslegen. Kardamom und Honig unter die Schokolade rühren. Die Schokolade etwa 3 mm dick auf das Papier streichen, trocken und fest werden lassen. Dann in Stücke brechen und in einer gut schließenden Dose im Kühlschrank aufbewahren.