

Rezept

Kichererbsen-Fudge

Ein Rezept von Kichererbsen-Fudge, am 28.04.2024

Zutaten

125 g Kokosöl

1/4 TL gemahlener Kardamom

300 g gesüßte Kondensmilch

250 g Kichererbsenmehl

Mark von 1/2 Vanilleschote

14 Pistazienkerne (circa; zum Verzieren)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für ca. 28 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion**
Ca. 110 kcal, 6 g F, 3 g EW, 11 g KH

Zubereitung

1. Das Kokosöl in einer Pfanne schmelzen. Das Kichererbsenmehl zugeben und unter ständigem Rühren ca. 10 Min. rösten, bis es duftet. Es sollte nicht zu dunkel werden, sonst schmeckt es bitter. Kardamom und Vanillemark einrühren.

2. Die Kondensmilch einrühren, bis sich alles zu einer geschmeidigen Masse verbunden hat. Das dauert ca. 1 Min. Die Masse in eine kleine Auflaufform (ca. 12 × 21 cm) geben und mit einem Löffel gleichmäßig flach drücken. Abkühlen lassen. Das Fudge in ca. 3 × 3 cm große Quadrate schneiden. Die Pistazienkerne halbieren und in jedes Quadrat einen halben Pistazienkern drücken.