

Rezept

Maroni wie vom Jahrmarkt

Ein Rezept von Maroni wie vom Jahrmarkt, am 20.12.2025

Zutaten

1 EL Rapsöl

400 g Maroni (mit Schale)

4 EL Kürbiskerne

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4-6 KINDERPORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Zuerst heizt du den Backofen auf 200° vor. Dann legst du ein Backblech mit Backpapier aus und pinselst es mit dem Öl ein.

2. Wasche die Maroni und ritze sie auf der gewölbten Seite mit einem Messer kreuzweise ein. Vorsicht, schneide dich nicht – lege die Maroni dazu auf ein Brettchen. Verteile sie auf dem Backblech. Sie müssen ca. 40 Min. im Ofen (Mitte, Umluft 180°) garen. Wende sie dabei ab und zu mit einem Holzspatel.

3. 5 Min. vor Ende der Garzeit streust Du die Kürbiskerne über die Maroni. Wenn die Schalen der Maroni aufgesprungen sind, nimmst du die Maroni aus dem Ofen. Handwarm schmecken sie am besten, dann die Schale und das braune Häutchen entfernen.