

Rezept

Paprika-Chili-Cashewkerne

Ein Rezept von Paprika-Chili-Cashewkerne, am 18.12.2025

Zutaten

½ TL Salz

200 g Cashewkerne (ersatzweise blanchierte Mandeln)

1 TL edelsüßes Paprikapulver

½ TL Chilipulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 145 kcal, 11 g F, 4 g EW, 8 g KH

Zubereitung

1. In einer beschichteten Pfanne ca. 100 ml Wasser erhitzen und das Salz darin unter Rühren auflösen. Sobald das Wasser kocht und nur noch knapp den Boden der Pfanne bedeckt, die Cashewkerne dazugeben und gut umrühren.

2. Die Gewürze hinzufügen, alles nochmals umrühren und die Kerne offen bei kleiner Hitze ca. 20 Min. rösten, dabei immer wieder umrühren. Die Cashewkerne aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Dann in einer gut schließenden Dose lagern, die Nüsse halten sich mehrere Wochen.