

Rezept

## Rosa Himbeer-Popcorn

Ein Rezept von Rosa Himbeer-Popcorn, am 11.12.2024

### Zutaten

**10 g** gefriergetrocknete Himbeeren (aus Drogerie- oder Supermarkt)

**1 EL** Kokosöl

**50 g** Popcorn-Mais

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 75 kcal, 3 g F, 2 g EW, 9 g KH

### Zubereitung

1. Die Himbeeren im Mörser fein zermahlen und in eine große Schüssel geben. Das Öl in einem Topf erhitzen, den Mais dazugeben und den Deckel auflegen. Wenn der Mais aufzupoppen beginnt, die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren und den Topf immer wieder zugedeckt schütteln, damit die noch geschlossenen Maiskörner auf den Topfboden rutschen und das Popcorn nicht verbrennt.
2. Sobald kein Poppen mehr zu hören ist, den Topf vom Herd nehmen. Das Popcorn zu den Himbeeren geben und gut mischen. Sofort servieren.