

Amaranth Konfekt (Mit Gepuffter Amaranth)

Kategorien: Plätzchen, Konfekt

Zutaten für: 1 Rezept

2	Essl. Ahornsirup
1	Tasse Amaranth gepufft
1	Essl. Pflanzenmargarine Gemahlene Erdnusskerne oder Kokosraspel
2	Essl. Kakaopulver
1	Spur Kaffeepulver

Anleitung:

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut verkneten. Bei Bedarf noch etwas mehr an Ahornsirup.

Die Masse auf ein kleines, angefettetes Blech oder einer Form verstreichen und im Kühlschrank fest werden lassen. Vor dem Abkühlen die Masse mit einem feuchten und scharfen Messer in kleine Quadrate schneiden. Im Kühlschrank aufbewahren.

Variante 1: Je nach Belieben kann man der Konfektmasse auch grob gemahlene Erdnusskerne oder Kokosraspel beigegeben.

Variante 2: Oder aber wenn es schokoladig sein soll, Kakaopulver und Kaffee dazugeben.

Gepufften Amaranth bekommt man im Bio-Laden oder Reformhaus. Man kann ihn aber auch selbst machen - relativ unkompliziert:

Gepuffter Amaranth: Einen leeren möglichst dünnwandigen Topf mit Stiel heiss werden lassen. 1 El. Amaranth bei leicht gehobenem Deckel in den Topf streuen und den Deckel sofort wieder schliessen. Den Topf von der Platte nehmen. Wenn dann das Zischen und Prasseln im Topf nachlässt, den Topf leicht schütteln. Wenn das Zischgeräusch abgeklungen ist, den gepufften Amaranth in eine Schüssel geben und den Vorgang nach Bedarf wiederholen. Der gepuffte Amaranth sollte fast weiss sein. Mit etwas Übung hat man bald raus, welche Temperatur der Topfboden beim Einstreuen haben muss, damit alle Körner gleichmässig platzen.