

Marias Gesundküche „hoch3“

vital * vollwertig * vegetarisch

Perfekte, feine Marzipan-Kartoffeln ... und kinderleicht!

Zutaten:

- 200 g fein gemahlene Mandeln (ohne Schale, also ganz hell)
- 140 g heller Blütenhonig
- 1 Fläschchen Bittermandelaroma
- 2 EL Rosenwasser (gibt es z. B. in der Apotheke)
- Etwas Kakao-Pulver zum Wälzen
(Alternativ Carob-Pulver oder gefriergetrocknete Himbeeren, fein gemörsert)

Mandeln, Honig, Bittermandelaroma und Rosenwasser in einer Schüssel mit einem Kochlöffel vermengen. Dann mit der Hand kräftig durchkneten. Fertig ist das Marzipan.

Für „Marzipan-Kartoffeln“ je 1 TL Marzipan in den Händen zu Kugeln drehen und zur Seite legen. Die fertigen Kugeln in Kakao, Carob oder dem Himbeerpulver wälzen. Dann jede Kugel nochmal in den Händen drehen. Damit drückt man das Pulver schön fest und überschüssiges Pulver fällt ab.

