

## Apéro-Nüsse mit Suchtpotenzial

### Zutaten:

- 2 EL Rohrohrzucker
- 2 TL Meersalzflöcken
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL mildes Curry-Pulver
- ¼ TL Kurkuma, gemahlen
- ¼ TL Chiliflöcken
- 180 g Cashews
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- 2 EL Kürbiskerne

### Zubereitung:

Den Backofen auf 160 Grad vorheizen.

Die Zutaten (mit Ausnahme der Cashew-, Sonnenblumen- und Kürbiskerne) zusammen mit 2 EL Wasser in einen Topf geben und gut vermengen. Bei mittlerer Hitze kurz zum Kochen bringen und dann die Kerne zugeben.

Gut mischen und unter ständigen Rühren 3 Minuten köcheln lassen, bis die Marinadenflüssigkeit sirupartig eingedickt ist und die Kerne rundherum damit überzogen sind.

Die Mischung auf ein mit einem Backtrennpapier ausgelegtes Blech geben. Die Kerne mit zwei Gabeln auf dem Blech verteilen, sodass sie nicht aneinanderkleben.

Im vorgeheizten Ofen 14 Minuten bei 160 Grad rösten.

Aus dem Ofen nehmen und gut auskühlen lassen.

Zum Servieren in eine Schale geben oder in einem luftdicht verschlossenen Behälter aufbewahren. Hält sich etwa zwei Wochen.

Quelle: «Palästina – Das Kochbuch», Sami Tamimi und Tara Wigley, DK Verlag