



Geröstete Haselkätzchen



ZUTATEN:

- 1-2 kleine Hände voll Haselkätzchen
- 1 EL Kokosöl oder Rapsöl
- Salz und Pfeffer
- Dattelsirup/ Honig oder Agavendicksaft

ZUBEREITUNG:

Nehmt ein paar Haselkätzchen und entfernt sie vorsichtig von kleinen Ästchen. Dann unter fließendem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Legt sie eventuell auf Küchenpapier, um überschüssiges Wasser zu entfernen. Erhitzt das Fett (Kokos-Öl oder nach Wahl) in einer beschichteten Pfanne. Gebt die Haselkätzchen hinein und röstet sie kurz an. Passt auf, denn wenn sie noch feucht sind, können sie in der heißen Pfanne spritzen. Würzt die gerösteten Kätzchen mit Salz und Pfeffer. Für den finalen Kick gebt etwas Sirup oder Honig darüber und lasst sie karamellisieren. Achtet darauf, dass sie nicht verbrennen.

Diese knusprigen Leckerbissen passen hervorragend zu gedünstetem Gemüse oder geben einem frischen Wintersalat, wie Radicchio oder Chicorée, das gewisse Etwas.

Viel Spaß beim Ausprobieren!