

Maya-Walnuss-Snack

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	371 kcal/ 1552 kJ		
Eiweiß:	7,7 g	Fett:	33,5 g
Kohlenhydrate:	11		

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten (inkl. Backen)

Zutaten für 4 Portionen :

- 2 EL Butter
- 200 g kalifornische Walnüsse
- 1/2 TL Cayennepfeffer
- 2 TL Zimt
- 2 EL brauner Rohrzucker
- 1 EL Kakaopulver

Zubereitung:

1. Backofen auf 100 Grad (Gas: Stufe 1, Umluft: 100 Grad) vorheizen.

2. Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen. Zimt und Cayennepfeffer zugeben und verrühren. Walnüsse in die Pfanne geben und mischen, bis die Nüsse mit Butter bedeckt sind. Anschließend Zucker über die Walnüsse streuen und gut mischen.

3. Walnüsse auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen ca. 30 bis 40 Minuten rösten, dabei etwa alle 15 Minuten Walnüsse wenden. Die Walnüsse sind fertig, wenn sie goldbraun geröstet sind.

4. Kakao über die noch warmen Walnüsse stäuben und dabei wenden. Walnüsse auf dem Blech auskühlen lassen und anschließend servieren.

Tipp: Die Walnüsse bleiben in einer luftdicht verschließbaren Dose etwa 5 Tage frisch.