

Mandeln mit Miso

Rezept von Claudia Zaltenbach aus dem Buch «Miso» (Hädecke Verlag)

Zutaten:

- 200 g ungeschälte Mandeln
- 1 TL geschmacksneutrales Öl, z. B. Rapsöl
- 1 gehäufter EL Miso nach Wahl

Zubereitung:

Den Ofen auf 150 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Das Öl mit dem Miso in einer Schüssel verrühren. Die Mandeln hineingeben und entweder mit den Händen oder mithilfe eines Spatels mit dem Miso überziehen.

Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen, dabei darauf achten, dass die Mandeln getrennt voneinander liegen.

Etwa 15-20 Minuten im Ofen rösten. Auf einem Teller auskühlen lassen.