

TONKA-KARDAMOM-ZUCKER



TONKA-KARDAMOM-ZUCKER

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für ca. 125 g | 10 Min. | + Zeit zum Ziehen

Zutaten

- 1/2 Tonkabohne (ca. 0,5 g)
- 6-8 Kardamomkapseln
- 125 g SweetFamily Bio-Zucker



1071

ZUBEREITUNG

20

Kcal

Pro TL ca.

0

Gramm

Eiweiß

5

Gramm

Kohlenhydrate

0

Gramm

Fett

1. Tonkabohne fein reiben, z. B. auf einer Muskatreibe. Kardamomsamen aus den Kapseln lösen und im Mörser zerstoßen. 2 TL Bio-Zucker zufügen und verreiben.

2. Geriebene Tonkabohne zufügen und diese Mischung mit dem übrigen Bio-Zucker mischen. In saubere, trockene Gläser geben, gut verschließen und einige Tage ziehen lassen.

Tipp:

Der aromatisierte Zucker schmeckt in Tee oder über Joghurt oder Pfannkuchen gestreut. Wer keine Tonkabohne bekommt, kann alternativ das Mark von 1/2-1 Vanilleschote verwenden.

Kraut und Gewürz: Kardamom