Kokosbällchen
Prassad

Kokosbällchen, auch bekannt als Prassad, sind eine beliebte indische Süßigkeit, die oft bei religiösen Zeremonien und besonderen Anlässen serviert wird. Diese Bällchen bestehen hauptsächlich aus Maisgrieß, Datteln, Mandeln und Kokosraspeln, Honig und manchmal auch Milch oder Kondensmilch, die zu einer weichen, süßen Masse verarbeitet und dann zu kleinen Bällchen geformt werden.
Der Geschmack von Prassad ist süß und leicht nussig, mit einem intensiven Kokosaroma. Die Textur ist weich und leicht zäh, was sie zu einem angenehmen Genuss macht. Oft werden sie mit Kardamom oder anderen Gewürzen verfeinert, was ihnen eine zusätzliche aromatische Note verleiht.

Herkunft: Indien
Kategorie: Dessert, Suppen

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
2 EL Butterschmalz
200 g Maisgrieß
600 ml Wasser
50 g Datteln getrocknet
50 g Mandeln
50 g Honig-Marzipan
2 EL Honig
¼ TL Zimt
¼ TL Ingwer gemahlen
3 Kardamom, grün
1 Prise Meersalz
2 EL Kokosraspel

Vorbereitung
Das Butterschmalz in einen Topf geben und erhitzen. Den Maisgrieß hineinschütten und unter ständigem Rühren anbräunen, bis er seinen angenehmen Duft verströmt. Dann den Topf von der Herdplatte nehmen und unter ständigem Rühren etwa 400 ml Wasser zugeben. Den Topf wieder auf die Herdplatte stellen und bei mittlerer Hitze so lange köcheln, bis der Grieß das Wasser aufgesogen hat. Den Grieß zum Nachquellen beiseite stellen. Die Datteln in 200 ml Wasser zum Kochen bringen und auf der ausgeschalteten Kochstelle etwa 10 Minuten zugedeckt quellen lassen.

Zubereitung
Die Datteln im Mixer pürieren. Die Mandeln fein mahlen, das Honigmarzipan zerbröseln und mit den Datteln unter den Grieß rühren. Den Honig und die Gewürze erst dazugeben, wenn die Masse nur noch handwarm ist. Dann nochmals gut durchrühren und weitere 10 Minuten abkühlen lassen. In der Zwischenzeit ein Schälchen mit Kokosraspeln füllen und einen Teller bereitstellen.

© 2026 coquina.de

Nun mit feuchten Händen aus dem Grieß etwa 5 cm große Bällchen formen und diese nacheinander in Kokosraspeln wälzen. Der Grieß muss noch etwas weich sein, da sonst die Kokosraspeln nicht kleben bleiben. Die Bällchen schön auf dem Teller platzieren und etwa eine Stunde kühl stellen.

© 2026 coquina.de