Bernstein-Walnüsse
Hu bo tao ren

Bernstein-Walnüsse, auch bekannt als Hu bo tao ren, sind ein wahrer Genuss. Diese gerösteten Walnüsse sind mit einem dünnen, knusprigen Karamellüberzug versehen, der ihnen eine bernsteinähnliche, goldbraune Farbe verleiht.
Geschmacklich bieten sie eine wunderbare Kombination aus der natürlichen Nussigkeit der Walnüsse und der süßen, leicht rauchigen Note des Karamells. Oft werden sie zusätzlich mit Sesamsaat veredelt, was ihnen eine zusätzliche, fein nussige Note verleiht. Sie sind nicht nur ein köstlicher Snack, sondern auch ein optisches Highlight und eignen sich hervorragend als Begleitung zu einer Tasse Tee oder als Topping für Desserts und Müsli.

Herkunft: China
Kategorie: Beilagen, Süßspeisen

Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
300 g Walnusskerne
1 EL Öl
70 g Zucker
2 EL Sesamsamen geröstet
500 ml Wasser

Vorbereitung
500 ml Wasser im Wok zum Kochen bringen, Walnusskerne hineingeben und 2 Minuten kochen lassen. Die Walnüsse in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken und mit Küchenpapier abtrocknen.

Zubereitung
Die Walnüsse im Wok bei schwacher Hitze ohne Öl langsam rösten, bis sie zu duften beginnen. Herausnehmen und beiseite stellen. Den Wok auf mittlerer Stufe erhitzen, das Öl darin heiß werden lassen. Den Zucker dazugeben, die Hitze reduzieren. Den Zucker im Öl schmelzen und braun werden lassen.
Die Walnüsse hineingeben und sofort kräftig rühren, bis alle Walnüsse mit Zucker überzogen sind und wie Bernstein aussehen. Eventuell 1 EL Wasser zugeben, damit sich der Zucker besser verteilt. Geröstete weiße Sesamsamen drüberstreuen. Die Walnüsse vor dem Servieren abkühlen lassen.

© 2026 coquina.de