

Kikærter som snacks

Her en et godt alternativ til chips, hvis der skal nogle snacks på bordet. De ristede kikærter spises ligesom peanuts, og kan tilsættes smag efter behag.

Hvis du ikke kan få forkogte kikærter på dåse, kan du købe dem tørrede, men så skal de først udblødes i ca. 8 timer og koges i nyt vand i omkring 1 time.

Ingredienser:

Kikærter på dåse

Fint salt

Evt. andre krydderier (fx cayennepeber, paprika, spidskommen, gurkemeje)

Fremgangsmåde:

Kikærterne hældes i en sigte, skylles og dryppes lidt af.

I ovn: hæld kikærterne ud i en bradepande med bagepapir i bunden. Krydr med salt og andre krydderier. Sættes i en varm ovn ved 180°C i ca. 45-60 minutter. Kikærterne vendes nogle gange.

På pande: hæld kikærterne ud på en pande uden fedtstof, krydr med salt og krydderier. Steges ved kraftig varme i ca. 10 minutter hvorefter der skrues ned på lavt blus i 20-30 minutter.

Efter tilberedning vil kikærterne være sprøde snacks.

Sprødheden afhænger af hvor længe kikærterne bages/steges. Ved kort tid fås en sprød skal og en blød midte. Ved lang tid er kikærterne sprøde hele vejen igennem, men de bliver hurtigt hårde.