



Gebrannte Mandeln oder andere Nüsse im Airfryer

Zutaten für einfache gebrannte Nüsse aus dem Airfryer

200 g Nüsse nach Wahl (z.B. Mandeln)

70 g Zucker

3 Esslöffel Wasser

1 Teelöffel gemahlener Zimt

1 Messerspitze(n) gemahlene Bourbon Vanille

Zubereitungszeit: 5 min

Kochzeit: 10 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 4 Personen

Kalorien p.P.: 350 kcal

Vorbereitungen

1. Airfryer auf 195 Grad Celsius vorheizen und mit Backpapier auslegen.
2. Die Nüsse mit den restlichen Zutaten vermengen.

Die Nüsse im Airfryer rösten

1. Zucker-Nussmischung auf dem Backpapier verteilen.
2. Die Nüsse für 6 Minuten bei 195 Grad rösten, dabei alle 2 Minuten umrühren.
3. Nun die Temperatur auf 190 Grad reduzieren und für weitere 4 Minuten rösten. Dabei die Nüsse minütlich umrühren und kontrollieren.
4. Die Nüsse vorsichtig herausnehmen und voneinander trennen. Achtung heiß! Beim Abkühlen werden die Nüsse schön knackig.

Tipp

Jeder Airfryer arbeitet etwas anders. Temperatur und Röstzeit können je nach Modell variieren. Entscheidend ist, dass der Zucker schmilzt. Kontrollieren Sie die Nüsse gegen Ende besonders aufmerksam, damit Zucker und Nüsse nicht verbrennen!

Herkunft der gebrannten Mandeln

Die Geschichte der Mandel reicht tausende Jahre zurück und führt in den Raum zwischen Vorder- und Zentralasien. Darunter auch in die Region des heutigen Iran. Schon früh wurde der Mandelbaum dort kultiviert und seine Früchte wegen ihres aromatischen Geschmacks und ihrer vielseitigen Verwendung geschätzt. Von dort gelangte die Mandel über Handelswege in den Mittelmeerraum und schließlich nach Europa.

Auch in der persischen Küche und Kultur haben Mandeln eine lange Tradition. Sie werden bis heute in Süßspeisen, Gebäck und herzhaften Gerichten verwendet und sind ein fester Bestandteil der orientalischen Genusskultur. Die Idee, Nüsse mit Zucker zu veredeln, findet sich in vielen Regionen des Nahen Ostens und später auch in der europäischen Küche wieder.

Die heute so beliebten gebrannten Mandeln, wie wir sie von deutschen Weihnachtsmärkten kennen, sind somit Teil einer viel älteren Geschichte: Aus einer Frucht mit Wurzeln in Vorderasien wurde über Jahrhunderte eine beliebte Süßigkeit, die heute weltweit für ihren Duft nach karamellisiertem Zucker, Zimt und gerösteten Mandeln bekannt ist.

Welche Nüsse eignen sich für gebrannte Mandeln?

Klassisch werden gebrannte Mandeln aus ganzen, unbehandelten Mandeln zubereitet. Die [Largueta-Sorte](#) eignet sich besonders gut, da sie eine leicht längliche Form und eine feste Struktur hat, die auch beim Karamellisieren stabil bleibt. Wer Abwechslung möchte, kann die Technik aber auch für andere Nusssorten anwenden:

- **Gebrannte [Cashewkerne](#):** buttrig-mild und eine besonders beliebte Alternative zu Mandeln.
- **Gebrannte [Erdnüsse](#):** der Klassiker aus dem Automaten, süß-karamellig und intensiv im Aroma.
- **[Pekannüsse](#):** karamellisieren besonders schnell und werden intensiv im Geschmack.
- **[Macadamianüsse](#):** liefern eine buttrige, feine Note und werden edel im Aroma.
- **[Haselnüsse](#):** ein Weihnachtsmarkt-Klassiker, passt gut zu winterlichen Gewürzen.

Wichtig: Je nach Nusssorte kann die Röstzeit variieren. Kleinere und weichere Nüsse (wie Cashewkerne oder Erdnüsse) brauchen tendenziell weniger Zeit, härtere Nüsse (wie Mandeln oder Macadamia) etwas länger. Am besten immer wieder prüfen und die Zeit gegebenenfalls anpassen.