



Spanische Osterdonuts

Zutaten (für acht Portionen):

Teig

Anissamen, zerstoßen
3 EL neutrales Öl
Orangenabrieb
1 Ei
Salz
50 g Zucker
80 ml Milch
250 g Mehl
1 TL Backpulver

Orangensauce

3-4 Orangen, unbehandelt
1-2 EL Zucker
1-2 EL Speisestärke
Minze

Sowie

Öl zum Frittieren
100 g Zucker
Zimt
30 g gemahlene Mandeln (optional)

Zubereitung (circa 50 Minuten, ohne Gar- und Wartezeiten):

Die Anissamen trocken in einer Pfanne rösten, das Öl und den Abrieb von zwei Orangen dazugeben, erhitzen und etwas ziehen lassen. Dann abkühlen lassen. Das Ei mit einer Prise Salz, Zucker, dem aromatisierten Öl und Milch verquirlen. In einer separaten Schüssel Mehl mit Backpulver mischen und mit den übrigen Zutaten zu einem zähen Teig vermischen. Abgedeckt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Sauce eine Orange schälen und die weiße Haut dabei komplett entfernen. Die einzelnen Segmente V-förmig ausschneiden und beiseite legen. Die Reste der Orange und die übrigen Orangen in einen Topf auspressen. Einen kleinen Teil des Orangensafts mit Speisestärke glatrühren, dann den übrigen Saft mit Zucker aufkochen und etwas einreduzieren. Mit der Speisestärke abbinden und abkühlen lassen.

Nach der Ruhezeit den Teig portionieren und zu Kugeln abdrehen. Die Hände ölen und die Kugeln zu Ringen formen. In einer tiefen Pfanne mit ausreichend Öl portionsweise frittieren, bis sie goldbraun sind, dabei wenden. Auf Küchenpapier entfetten und in einer Mischung aus Zimt, Zucker und Mandeln wälzen. Die Orangenfilets mit fein geschnittener Minze in die Sauce geben und zusammen mit den Osterdonuts servieren.

Nährwerte pro Portion:

479 kcal – 27 g Fett – 6 g Eiweiß – 52 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch.