



Köstlichkeiten aus Costa Rica

In Costa Rica hat Kakao eine lange Geschichte. Die Kultivierung von Kakao gehörte noch vor der Einführung des Kaffees zum wichtigsten Industriezweig des Landes. Die Bohnen wurden in präkolumbischer Zeit von den indigenen Völkern als Währung eingesetzt, was bis spät in die 30er Jahre anhielt.

Costa-Ricanische Haferkekse mit Kakao

200g	brauner Zucker
250g	Butter weich
2	Eiweiss
300g	Mehl
200g	Haferflocken
90g	Kakao Nibs
1,5 EL	Zimt
½ TL	Chili Pulver
1 EL	Vanille Extrakt
1 TL	Backpulver
¾ TL	Natron



Butter und Zucker mit dem Eiweiss ein paar Minuten gut aufschlagen, das Vanille Extrakt zugeben. In einer separaten Schüssel alle trockenen Zutaten vermischen und unter die Buttermischung rühren. Alles rasch zu einem Teig formen und den Teig vierteln. Jedes Viertel zu einer Rolle mit 5 – 6 cm Durchmesser formen, in Folie wickeln, die Enden zudrehen und ein paar Stunden in den Kühlschrank geben, damit der Teig fest wird.

Vor dem Backen den Ofen auf 180 Grad vorheizen.

Von den Rollen Kekse von ca 0,5 cm dicke abschneiden und auf das vorbereitete Blech legen.

Die Kekse ca. 12 Minuten backen, aus dem Ofen nehmen und komplett auskühlen lassen. In Keksdosen lagern.