



# Sholeh Zard

PERSISCHER SAFRAN-REISPUDDING

◆◆◆ Für 4-6 Portionen ◆◆◆ Zubereitung: 1 Stunde + Kaltstellen ◆◆◆

## ZUTATEN

300 g Zucker  
100 g Reis  
1 TL Safran  
100 g Butter  
100 g Mandelstifte  
100 ml Rosenwasser  
gehackte Pistazienkerne  
gemahlener Zimt

## ZUBEREITUNG

Zucker in 1 ½ l Wasser auflösen und langsam zum Kochen bringen. Reis kurz abspülen, ins kochende Wasser geben und so lange kochen, bis er ganz weich und zerfallen ist.

Safran in einem Mörser fein reiben und zum Reis geben. Sobald sich der Reis orangegelb verfärbt, die Butter hineingeben und so lange rühren, bis sich alles gut miteinander vermischt hat. Zum Schluss Mandelstifte und Rosenwasser hinzufügen, weitere 5 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit nichts am Topfboden kleben bleibt.

Noch heiß in Schalen oder Gläser füllen und auskühlen lassen. Mit Pistazien und Zimt und ggfls. getrockneten Rosenblättern garniert servieren.

دروغ

Dieses Dessert wird kalt gegessen und oft einen Tag im Voraus zubereitet.



---

# Halva

## TRADITIONELLE SÜSSPEISE

◆◆◆ Für 4 Portionen ◆◆◆ Zubereitung: 30–40 Minuten ◆◆◆

### ZUTATEN

200 g Butter  
250 g Weizenmehl (Type 405)  
200 g Zucker  
½ TL Safran  
1 Msp. gemahlener Kardamom  
50 ml Rosenwasser  
Pistazienkerne für die Dekoration

### ZUBEREITUNG

Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Das Mehl dazugeben, die Temperatur reduzieren und die Mehlschwitze unter ständigem Rühren langsam Farbe annehmen lassen.

Parallel dazu Zucker in 300 ml Wasser aufkochen. Den im Mörser gemahlene Safran und den gemahlene Kardamom einrühren. Die Flüssigkeit 5 Minuten köcheln lassen, dann das Rosenwasser hinzufügen. Vom Herd nehmen und beiseitestellen.

Sobald die Mehlschwitze goldgelb und dick geworden ist, den Topf vom Herd nehmen und den Zuckersirup langsam in die Mehlschwitze rühren. Gut umrühren, damit keine Klumpen entstehen.

Sobald die ganze Flüssigkeit verdampft ist, das *Halva* auf einer Platte oder einem Teller anrichten und mit Pistazien dekoriert servieren.





# Ranginak

DATTELDESSERT

◆◆◆ Für 6–8 Portionen ◆◆◆ Vorbereitung: 15 Minuten ◆◆◆ Zubereitung: 25 Minuten ◆◆◆

## ZUTATEN

150 g Walnusskerne, grob gehackt  
500 g Datteln  
300 ml Sonnenblumenöl  
500 g Weizenmehl (Type 405)  
150 g feiner Zucker  
1 gestrichener EL gemahlener Zimt  
1 gestrichener TL gemahlener Kardamom  
1–2 EL gehackte Pistazienkerne

## VORBEREITUNG

Gehackte Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe etwa 5 Minuten rösten. Dabei immer wieder die Pfanne schwenken, damit sie nicht anbrennen.

Die Datteln halbieren, entkernen und mit den gerösteten Walnüssen füllen.

## ZUBEREITUNG

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Mehl einrühren unditerrühren, bis die Mehlschwitze eine goldgelbe Farbe angenommen hat. Vom Herd nehmen und Zucker, Zimt sowie Kardamom hineinrühren.

Die Hälfte der Mehlschwitze auf eine Platte streichen und mit einem Bäckerspachtel oder der Rückseite eines Löffels glatt streichen. Die gefüllten Datteln mit der offenen Seite nach oben auf die Mehlschwitze legen, die restliche Mehlschwitze über den Datteln verteilen und diese ebenfalls schön glatt streichen.

Mit Pistazien dekorieren und *Ranginak* in Form eines Rautenmusters schneiden.

رونجك

Sie können *Ranginak* auch mit Mandelsplittern, Zimt oder Puderzucker bestreut servieren.

