



Xenia Koch

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Gebackener Kokospudding – Kanom Krok

Andere Leute gehen im Urlaub an den Strand. Kulturbegiertere ins Museum. Ich gehe in Supermärkte und auf Straßenmärkte. Es gibt für mich fast nichts Tolleres, als einen Markt mit Essen zu durchstreifen und neue Sachen zu entdecken. Und auch wenn meine Freunde mich sowieso schon Foodopedia nennen – es gibt immer noch Neues.



So geschehen letztes Jahr in London auf dem Borough Market. Relativ am Rand, eigentlich fast unscheinbar stand da eine etwas gelangweilt guckende Asiatin über einem Gaskocher mit einer lustigen Pfanne. Lauter weisse, kleine, pfannkuchenartige Dinger. Sah nicht eigentlich attraktiv aus. Da aber „vegan“ dran stand und ich ein grässlich neugieriger Mensch bin, habe ich welche gekauft und probiert. Noch heiss, direkt vom Grill. Und Oh mein Gott – war das gut.

Meine intensive Befragung der Dame und spätere Internet Recherche haben das Rätsel gelöst – Kanom Krok. Ein in Thailand beliebtes Streetfood. Und eigentlich ganz einfach zu machen. Man braucht auch nicht unbedingt die kleinen Pfannen dafür. Jede Beschichtete Pfanne geht – Ihr macht dann halt Riesen-Pfannkuchen. ☺

Es handelt sich um einen Basisteig – relativ geschmacklos. Und dann einen Art Zuckersirup obendrauf. Der karamellisiert und es riecht schon beim Backen ganz herrlich aus der Pfanne raus. In Thailand isst man Kanom Krok wohl auch herzhaft – ich kenne jetzt bisher nur die süße Variante.

Simple zu machen und dabei sooo lecker.

Klebreismehl bekommt ihr in jedem gut sortierten Asia Laden.





Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Zutaten Basisteig etwa 4 Portionen

100g Reismehl
1 Tasse heißes Wasser
¾ Tasse Kokosmilch
½ EL Klebreismehl.

Zutaten Zuckerguss etwa 4 Portionen

¾ Tasse Kokosmilch
½ Tasse Zucker
½ TL Salz
Kokosöl zum Ausbacken



1. Die Zutaten für den Basisteig vermischen und bereitstellen.
2. Die Zutaten für den Zuckerguss mischen und bereitstellen.
3. Die Pfanne mit etwas Kokosöl fetten und erhitzen. Den Basisteig dünn eingießen. In den kleinen Backförmchen etwa 2/3 hoch – das ist gerade mal höchstens 1 cm. Backen, bis er fest wird.
4. Obenauf eine dünne Lage Zuckerguss aufgießen. In den kleinen Förmchen füllt man den Zuckerguss bis zum Rand auf. Jetzt weiterbacken, bis der Guss auch fest ist.
5. Am besten gleich noch warm verzehren. 😊

