



## Mandeln schälen

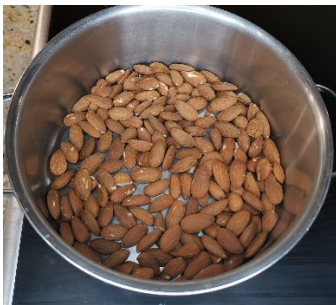
Die braune Haut, die Mandeln umgibt, schmeckt häufig bitter. Daher sind die meisten Rezepte mit geschälten Mandeln. Ihr könnt Sie natürlich auch geschält kaufen!

### Mandeln schälen – Schritt für Schritt

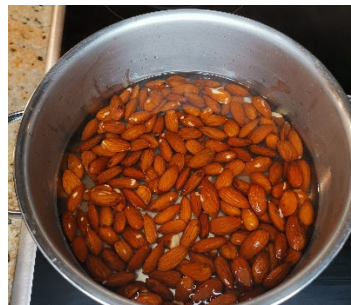
1. Bringt in einem Topf Wasser zum Kochen und nehmt diesen von der Kochstelle.
2. Gebt als nächstes die Mandeln in den Topf. Sie sollten vollständig mit Wasser bedeckt sein.
3. Nun 8 Minuten ziehen lassen.
4. Anschließend gießt ihr sie in ein Sieb und schreckt sie mit kaltem Wasser ab.
5. Die Haut liegt nur noch locker um die Mandel. Ihr entfernt die Haut, indem ihr sie zwischen Daumen und Zeigefinger an der dicken Stelle drückt. Der Mandelkern flutscht nun heraus.



**Tipp:** Wenn Ihr größere Mengen an Mandeln schälen wollt, könnt Ihr die blanchierten Kerne nach dem Abschrecken mit kaltem Wasser auch in ein Küchentuch einschlagen und kräftig rubbeln, sodass sich die Schale von selbst löst. Nun müsst ihr die gehäuteten Mandeln nur noch herauspicken.



1 Mandeln in einen Topf geben.



2 Mandeln mit Wasser bedecken



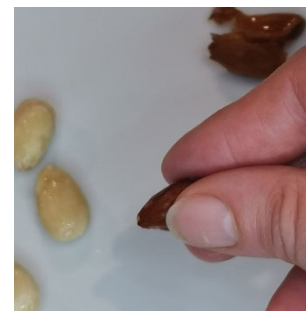
3 Das Wasser erhitzen – nicht kochen



4 Die Mandeln im erhitzten Wasser 8 Minuten ziehen lassen



5 Die Mandeln mit kaltem Wasser abschrecken



6 Jetzt die Mandeln an der dicken Seite zwischen Daumen und Zeigefinger mit der Spitze nach unten greifen und drücken. Die Frucht rutscht aus der Haut.