

in einer flachen Schüssel 3 cm dick aus. Gieße ein schaumig geschlagenes Ei darüber und darauf die Milch einer Kokosnuß.

### Fruchtkuchen.

5 Eßlöffel entkernte Rosinen, 2 Eßlöffel Korinthen, je 1 Eßlöffel Feigen, Datteln, Zitronat und kandierten Ingwer. Mahle oder schneide es fein und mische es gründlich. Darauf füge hinzu 3 Eßlöffel gemahlene Piniennüsse, 2 Eßlöffel blanchierte gemahlene Mandeln, 4 Eßlöffel geriebene Kokosnuß. Reibe 3 Eßlöffel Butter mit 2 Eßlöffel Schrotmehl und gieße über das Ganze  $\frac{1}{2}$  Tasse Apfelsinensaft und 2 Eßlöffel Zitronensaft. Knete 2 Eßlöffel Reismehl hinein und bearbeite es tüchtig, indem du 4 geschlagene Eiweiß hinzu gibst. Rolle es auf Kastanienmehl oder Bananenmehl aus, schneide es in viereckige Stücke und trockne an der Sonne. Serviere mit Schlagsahne oder Nußbutter.

## Crèmen und Salatsaucen.

### Nußcrème.

Mahle 3 Eßlöffel Piniennüsse, 6 blanchierte Mandeln, 4 Wallnüsse und 1 Paranuß. Füge genug Zitronensaft hinzu, um eine Crème zu machen und lasse es 4 Stunden lang oder über Nacht stehen. Diese Crème kann zu jedem Gemüse- oder Fruchtsalat verwendet werden.

### Nutolcrème.

Mahle 2 Paranüsse, 5 Haselnüsse und 9 Wallnüsse. Füge 1 Teelöffel Mandelöl hinzu; verwende genügend Zitronensaft, um eine Crème zu machen und lasse es vor dem Gebrauch wenigstens 4 Stunden lang stehen.

### Piniennußcrème.

Mahle  $\frac{1}{2}$  Tasse Piniennüsse mit 1 Paranuß. Gib Zitronen- und Apfelsinensaft hinzu und rühre es glatt zu einer Crème und lasse es stehen.

### Orangencrème.

Mahle 1 Tasse Piniennüsse und 10 Wallnüsse fein. Vermenge es mit viel Apfelsinensaft und rühre es glatt.

### Ananascrème.

Mahle fein 6 Paranüsse, 12 Wallnüsse und  $\frac{1}{2}$  Tasse Piniennüsse. Verwende genügend Ananassaft, um eine dicke Paste zu machen und verdünne es mit Trauben- oder Apfelsinensaft.