



FOOD-STORIES

Martina Enthammer

APFEL

ein vegetarischer Foodblog

BLÄTTERTEIG APFELRÄDER

food-stories

ZUTATEN

2-3 Äpfel

1 Pkg. Blätterteig

optional Mandelblättchen, Zimt und Zucker

SCHRITTE

Die Äpfel werden geschält und in etwa 1 cm breite Scheiben geschnitten. Das Kerngehäuse wird entfernt. In der Mitte der Apfelscheibe sollte ein mindestens 2 cm großes Loch sein.

Der Blätterteig wird in 2 cm breite und 5-6 cm lange Streifen geschnitten. Mit diesen Streifen umwickelt man die Apfelscheiben so eng wie möglich. Der Apfel ist nach dem Backen weich und verliert an Festigkeit.

Diese auf ein Backblech legen und nach Lust und Laune mit Mandelblättchen, Zimt und Zucker bestreuen.

Bei 180°C etwa 10-15 Minuten goldbraun backen.

TIPP: Schmecken warm und kalt genossen.



APFELKNÖDEL

food-stories

ZUTATEN

500 g Äpfel
1 Schuss Zitronensaft
100 g Knödelbrot
100 ml Milch
150 g Weizenmehl
100 g Zucker
1 Ei
½ TL Zimt

Für die Brösel: Semmelbrösel, Butter und
Staubzucker
eventuell Mandelplättchen

SCHRITTE

Die Äpfel werden geschält und in kleine Würfel geschnitten und mit Zitronensaft beträufelt.

Das Knödelbrot wird mit der Milch gemischt. Nun werden die Äpfel, Knödelbrot, Mehl, Zucker, das Ei und der Zimt zu einem Teig verknetet.

Ein paar Minuten zum Rasten zur Seite stellen. Nun Knödel formen. Sind sie etwas weich, zur Sicherheit in Mehl wenden, bevor man sie ins Wasser gibt. Dann halten sie auf jeden Fall zusammen.

Jetzt in leicht siedenden Salzwasser etwa 12 Minuten ziehen lassen. In der Zwischenzeit werden etwa 3 Esslöffel Butter in einer Pfanne geschmolzen und mit Semmelbrösel und Staubzucker gemischt, sodass Brösel entstehen und leicht angebräunt.

Die fertigen Knödel in dieser Mischung wälzen und servieren.

Eventuell noch mit Mandelplättchen bestreuen.



APFEL KAROTTEN SALAT

food-stories

ZUTATEN

400 g Äpfel
250 g Karotten
2 EL Honig nach Wunsch
eine kleine Handvoll Mandeln gehobelt
1-2 EL Zitronensaft

SCHRITTE

Die Äpfel werden bei Bedarf geschält und grob geraspelt. Die geschälten Karotten werden ebenso geraspelt. Äpfel und Karotten gut durchmischen und mit Zitronensaft beträufeln.

Das gibt de fruchtigen Karotten-Apfel-Salat die perfekte Säure. Die Mandeln werden ohne Fett in einer Pfanne angeröstet, bis sie zu duften beginnen und eine leicht Bräunung haben.

Zuletzt eventuell noch leicht süßen und fertig ist dieser köstliche gesunde Karotten-Apfel-Salat.



APFEL TARTE

food-stories

ZUTATEN

35 g Zucker
70 g Butter
100 g Weizenmehl
1 Prise Salz

2 Äpfel
1 EL Zitronensaft
2 EL Marillenmarmelade

SCHRITTE

Für den Mürbteigboden wir der Zucker, mit der in Stücke geschnittenen Butter, dem Mehl und der Prise Salz zügig zu einem Teig verknetet. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und für eine Stunde zum Rasten in den Kühlschrank geben

Die Äpfel werden geschält und in feine Scheiben geschnitten. Mit dem Zitronensaft beträufeln und zur Seite stellen.

Der Mürbteigboden wird in der Zwischenzeit auf eine mit Öl ausgepinselte Tarte- oder Springform dünn ausgewalkt. Die Ränder leicht nach oben stehen lassen und den Boden ein paar Mal mit der Gabel einstechen, damit er beim Backen keine Blasen wirft.

Nun belegt man den Mürbteig kreisförmig mit den Apfelscheiben. Die Tarte bei 180°C etwa 35 Minuten backen.

In der Zwischenzeit wird die Marmelade mit 2 Esslöffel Wasser erwärmt, damit sie flüssig wird.

Sobald die Tarte fertig gebacken ist, bestreicht man die Äpfel mit der Marmelade.

APFELTIRAMISU

food-stories

ZUTATEN

20-25 Vollkornbiskotten
250 g Topfen
250 ml Schlagobers
1 Pkg. Vanillezucker
1 EL Zucker

600-700 g Äpfel
1 EL Zitronensaft
3 EL Wasser
optional 1 EL Zucker

SCHRITTE

Für das Apfelmus werden die Äpfel geschält und in Würfel geschnitten. Mit dem Zitronensaft vermengen und gemeinsam mit dem Wasser in einen Topf geben.

Bei geschlossenem Deckel die Äpfel weich dünsten lassen. Sobald dies geschehen ist, mit dem Pürierstab fein pürieren.

Falls die Apfelsorte sehr säuerlich ist, kann man etwas Zucker hinzufügen. Das Apfelmus zur Seite stellen und vollständig auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit nimmt man die Biskotten und zerkleinert die im Multizerkleinerer zu Brösel. Der Schlagobers wird mit dem Zucker aufgeschlagen und der Topfen eingerührt.

Nun nimmt man Dessertgläser und bedeckt den Boden mit den Biskottenbrösel, anschließend kommt eine Schicht Topfenoberscreme und Apfelmus.

Dies wiederholt man bis das Glas voll ist.



APFELMUS

food-stories

ZUTATEN

500 g Äpfel
2 EL Wasser
1 Spritzer Zitronensaft
1 TL Zimt

SCHRITTE

Die Äpfel werden geschält und in grobe Würfel geschnitten.

Gemeinsam mit dem Wasser und dem Zitronensaft in einen Topf geben, Deckel drauf und die Äpfel bei kleiner Hitze weichkochen lassen.

Wenn das geschehen ist (das dauert circa 15 Minuten), werden die Äpfel mit dem Pürierstab fein püriert.

Wer möchte fügt noch etwas Zimt hinzu.



MÜRBTEIG APFELKUCHEN

food-stories

ZUTATEN

Das einfachste Mürbteigrezept aller Zeiten:

100 g Zucker
200 g Margarine oder Butter
300 g Mehl

Apfelmus:

500 g Äpfel
eine Prise Zimt und Kardamom

SCHRITTE

Aus dem Zucker, Fett und Mehl wird ein Teig geknetet. Wenn er schön geschmeidig ist, wird er in Frischhaltefolie gewickelt und für ungefähr eine Stunde in den Kühlschrank gelegt.

Während dieser rastet, macht man sich an das Apfelmus. Äpfel schälen und in grobe Stücke schneiden. Mit einem Schluck Wasser kommen die Äpfel in einen Topf. Zimt und Kardamom einstreuen und ungefähr 20 Minuten vor sich hinköcheln lassen.

Wenn die Äpfel weich sind, werden sie mit dem Pürierstab fein püriert. Die Masse lässt man nun auskühlen.

Nun streicht man eine Tarteform mit Fett aus, damit der Mürbteig nicht daran kleben bleibt. Dann nimmt man 2/3 des Teiges und legt nun den Boden und den Rand 1 cm hoch in die Tarteform.

Man gießt das abgekühlte Apfelmus auf den Mürbteigboden. Den restlichen Mürbteig rollt man aus und schneidet 1 cm große Streifen. Aus diesen Streifen legt man ein Gitter über das Apfelmus.

Jetzt wird der Mürbteig-Apfelkuchen für 40 min bei 180°C goldbraun gebacken.



APFELPORRIDGE

food-stories

ZUTATEN

160 g Haferflocken, fein
750 ml Milch
1 Prise Salz
½ TL Zimt
100 g Apfelmus

SCHRITTE

Die Haferflocken werden gemeinsam mit der Milch und der Prise Salz aufgekocht. Unter ständigem Rühren etwa 3 Minuten sanft köcheln lassen.

Den Zimt und das Apfelmus einrühren und noch eine weitere Minute köcheln.

Mit Nüssen, Obst oder geschmolzener Butter servieren.



APFELTASCHERL

food-stories

ZUTATEN

- 500 g Äpfel
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 TL Zimt
- 300 g Weizenmehl
- 1 Pkg. Backpulver
- 1 Prise Salz
- 150 g Topfen
- 6 EL Milch
- 6 EL Speiseöl
- 50 g Zucker
- 1 Pkg. Vanillezucker

SCHRITTE

DIE ÄPFEL WERDEN GESCHÄLT UND GANZ KLEIN GEWÜRFELT. MIT ZITRONENSAFT BETRÄUFELN, ZIMT ODGL. HINZUFÜGEN UND IN EINEM TOPF MIT EINEM SCHUSS WASSER WEICHKOCHEN LASSEN. ZUM ABKÜHLEN ZUR SEITE STELLEN.

DAS MEHL MIT DEM BACKPULVER UND SALZ MISCHEN. TOPFEN, MILCH, ÖL, ZUCKER UND VANILLEZUCKER HINZUFÜGEN UND MIT DEM KNETHAKEN GUT VERARBEITEN. DER TEIG WIRD DÜNN AUSGEROLLT. MAN STICHT KREISE VON UNGEFÄHR 10 CM DURCHMESSER AUS.

DIE TEIGPLATTE MIT ETWAS APFELFÜLLE BELEGEN, DIE HÄLFTE DES RANDES MIT MILCH BESTREICHEN UND HALBMONDFÖRMIG ÜBEREINANDER KLAPPEN.

BEI 180°C ETWA 15-20 MINUTEN GOLDBRAUN BACKEN. NACH BELIEBEN DIE FERTIGEN APFELTASCHEN MIT STAUBZUCKER BESTREUEN.

GEDECKTER APFELKUCHEN

food-stories

ZUTATEN

Mürbteig:

195 g Butter, kalt
100 g Staubzucker
1 Prise Salz
375 g Weizenmehl
½ Pkg. Backpulver
1 Ei

Füllung:

100 g Äpfel
2 EL Zitronensaft
½ TL Zimt

SCHRITTE

Die Butter wird in kleine Stücke geschnitten und mit dem Staubzucker und der Prise Salz gemischt.

Weizenmehl, Backpulver und Ei hinzufügen und alle Zutaten rasch zu einen glatten Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und für eine Stunde zum Ruhen in den Kühlschrank stellen.

In der Zwischenzeit werden die Äpfel geschält und in Scheiben geschnitten. Die Apfelscheiben mit dem Zitronensaft und dem Zimt mischen.

Etwas mehr als die Hälfte des Teiges nach der Ruhezeit etwa 5 mm dick ausrollen und die vorbereitete Tarteform damit auslegen. Den Teig am Rand etwa 2,5 – 3 cm hochziehen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Die Äpfel werden nun auf dem Teig verteilt. Der restliche Teig wird kreisrund ausgerollt, über die Apfelfüllung gelegt (Ich habe den Teig auf einem flexiblen Brett ausgerollt und dann schnell auf den Teig 'gekippt'.) und überschüssige Ränder abgeschnitten.

Den Kuchendeckel auch ein paar Mal mit der Gabel einstechen und den Kuchen im vorgeheizten Backofen bei 200°C etwa 40 Minuten goldbraun backen.



Martina Enthammer
food-stories

