



## **Apfelbrot**

750 g Äpfel

Äpfel schälen und reiben.

200 g Zucker

Zucker darüber geben, gut mischen und mindestens 6 Stunden (am besten über Nacht) ziehen lassen.

500 g Mehl

1 ½ P. Backpulver

Mehl mit Backpulver unter die Äpfel rühren

200 g Rosinen

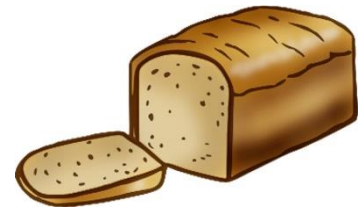
75 g gehackte Mandeln

in der Weihnachtszeit:

2 Msp. Zimt

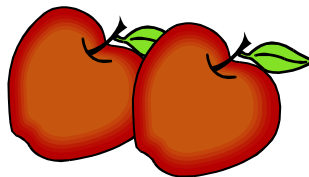
1 Msp. gemahlene Nelken

Die restlichen Zutaten dazu geben und kräftig umrühren.



Den Teig in eine gefettete Kastenform füllen. Im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene bei 180 °C 75 Min. backen.

## **Scharfe Apfelsuppe**



4 Äpfel

Schälen und das Kerngehäuse entfernen.

2 rote Paprikaschoten

1 kleine Salatgurke

1 Knoblauchzehe

Äpfel, Paprikaschoten und die geschälte entkernte Salatgurke klein würfeln und mit der zerdrückten Knoblauchzehe in ...

Butter

...weichdünsten.

¾ l Fleischbrühe

aufgießen und gut durchkochen lassen.  
Mit einem Mixer pürieren

Salz, Pfeffer, Paprika, 1 TL Zucker

würzen

100 ml Sahne

zugießen und nochmals aufkochen lassen.

1 Bund Schnittlauch

Die Suppe mit Schnittlauch und bunten Paprikastreifen garnieren und heiß servieren.

## Apfelmus Speedy (für 6 Personen)

1 kg Äpfel, z. B. Boskop

waschen und schälen. Anschließend in Viertel teilen, das Kerngehäuse entfernen und in kleine Stückchen schneiden.

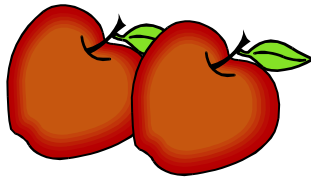
5 EL Wasser

in einen Topf geben und kochen lassen.

30 g Zucker  
etwas Zimt  
½ TL Zitronensaft

Die Apfelstückchen mit dem Zucker, dem Zimt und dem Zitronensaft hinzugeben. Kurz ankochen, anschließend 8 Minuten in der Nachwärme garen. Apfelstückchen pürieren.

**Tipp:** Apfelquark: Dazu 200 g Apfelmus unter 200 g Magerquark rühren – fertig.



## Fruchtiger Apfelpunsch

¼ Wasser  
50 g Honig

zum Kochen bringen.

2 lange Zimtstangen

hinzugeben.

¼ Wasser  
Früchtetee  
1 L Apfelsaft  
¼ L Orangensaft  
Saft von 2 Zitronen

starken Früchtetee zubereiten

Apfelsaft, Orangensaft, Zitronensaft und Früchtetee hinzugießen und alles erwärmen, aber nicht kochen!

Mit Zitronenscheiben garniert genießen.

