

Feiner Apfelkuchen

Zutaten für 12 Stücke

Teig:

125 g weiche Margarine oder Butter

125 g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

Salz

½ Fläschchen Zitronenaroma

3 Eier

200 g Mehl

2 TL Backpulver

2 EL Milch

Belag:

25 g Butter

750 g Äpfel (Elstar)

2 EL Aprikosenkonfitüre

Margarine in einer Rührschüssel mit den Schneebesen des Handrührgeräts cremig rühren. Zucker, Vanillezucker, Salz und Zitronenaroma nach unter nach untermischen. Ein Ei nach dem anderen dazugeben und auf höchster Stufe weitermischen.

Mehl und Backpulver mischen und dazugeben. Jetzt nur auf mittlerer Stufe rühren. Milch dazugeben. Eine Springform leicht einfetten und den Teig hineinfüllen.

Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Butter in einem kleinen Topf zum Schmelzen bringen. Äpfel schälen, entkernen, vierteln und mehrmals der Länge nach erhitzen. Äpfel mit der eingeritzten Seite nach oben auf dem Teig verteilen und mit der zerlassenen Butter bestreichen.

Im Backofen etwa 45 Min. backen. Konfitüre durch ein Sieb streichen und mit 1 Esslöffel Wasser in einem kleinen Topf kurz aufkochen lassen. Dabei ständig rühren. Den fertigen Kuchen sofort nach dem Backen mit der Konfitüre bestreichen.

Variante: Mit dem gleichen Rezept können Sie auch einen Kirschkuchen backen. Verwenden Sie dazu einfach 350 g Sauerkirschen (Abtropfgewicht) aus dem Glas.

Leseprobe aus:



KÖSTLICH ESSEN BEI HISTAMIN-INTOLERANZ

Thilo Schleip, Isabella Kedziarski

Trias Verlag

ISBN: 978-3830433187

159 Seiten, 17,95 EUR



Die Rezeptvorschläge sind geeignet zur Verwendung bei Histamin-Intoleranz. Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Trias Verlags, MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG. Jede Verwertung außerhalb des Urheberrechts ist verboten. Keine Haftung.

Mehr Informationen unter: <http://www.laktonova.de>

Gefunden unter:

http://www.laktonova.de/deutsch/info_service/rezepte/feiner_apfelkuchen_bei_histaminintoleranz.html