

Rezept

## Äpfel in Altbierteig

Ein Rezept von Äpfel in Altbierteig, am 28.06.2026

### Zutaten

#### Für das Kümmelkraut

<b>1 TL</b> Kümmelkörner	<b>400 g</b> Weißkohl
<b>3 TL</b> Apfelessig	<b>2 TL</b> Zitronensaftkonzentrat
<b>2 TL</b> Zucker	Salz
Pfeffer	<b>1 EL</b> neutrales Öl

#### Für die Äpfel in Altbierteig

<b>2</b> Äpfel (z. B. Elstar)	<b>2 Spritzer</b> Zitronensaftkonzentrat
<b>150 g</b> Kichererbsenmehl	<b>200 ml</b> Bier (Altbier)
<b>1 Msp.</b> Salz	<b>1 TL</b> Natron
<b>2 EL</b> Ahornsirup	<b>1 Msp.</b> Zimtpulver
<b>1 Msp.</b> Chilipulver	

#### Für das Lauchstroh

<b>½ Stange</b> Lauch	<b>ca. 200 ml</b> neutrales Öl zum Frittieren
grobes Meersalz	

#### Außerdem

Apfelausstecher (alternativ: Messer)

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal, 31 g F, 11 g EW, 36 g KH

### Zubereitung

#### Kümmelkraut

1. Den Kümmel in einer Pfanne ohne Öl anrösten und im Mörser zerstoßen. Vom Weißkohl die äußeren Blätter und den Strunk entfernen. Den Kohl in feine Streifen schneiden und in einer Schüssel mit dem Kümmel und den weiteren Zutaten ein paar Minuten fest durchkneten.

#### Äpfel in Altbierteig, Schritt 1

2. Die Äpfel waschen, die Kerngehäuse mit einem Apfentkerner entfernen. Die Äpfel quer in ca. 5 mm dicke Ringe schneiden und mit Zitronensaftkonzentrat beträufeln, damit sie nicht braun werden. Alle weiteren Zutaten zu einem glatten, dickflüssigen Teig verrühren.

### **Lauchstroh**

3. Den Lauch putzen, waschen und in 6-8 cm lange dünne Streifen schneiden. Das Öl in einem kleinen Topf erhitzen und die Lauchstreifen darin knusprig braun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Meersalz bestreuen. Das heiße Öl anschließend zum Frittieren der Apfelscheiben verwenden.
- 

### **Äpfel in Altbierteig, Schritt 2**

4. Die Apfelscheiben durch den Altbierteig ziehen und sofort portionsweise im heißen Öl auf beiden Seiten goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 

### **Anrichten**

5. Das Kümmelkraut auf Teller verteilen und die Apfelscheiben versetzt anlegen. Jeweils ein Häufchen Lauchstroh darauf platzieren.