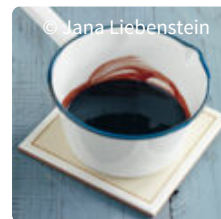


Rezept

# Apfelkraut

Ein Rezept von Apfelkraut, am 20.12.2025



## Zutaten

**2 kg** reife aromatische Äpfel (z. B. Topaz oder Gravensteiner)

Zimtpulver (nach Belieben)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für ca. 150 g Kraut | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal

## Zubereitung

1. Die Äpfel waschen und abtrocknen, dann vierteln, schälen und von den Kerngehäusen befreien. Äpfel in Würfel schneiden und in einem Topf mit 1 l Wasser zum Kochen bringen. Die Apfelwürfel offen bei mittlerer Hitze in ca. 15 Min. weich kochen.

2. Ein Sieb über eine Schüssel hängen und mit einem angefeuchteten sauberen Küchentuch auskleiden. Die Früchte hineingießen und etwas abtropfen und abkühlen lassen. Dann das Tuch zusammendrehen und den Saft möglichst gründlich auspressen.

---

3. Den Saft – es sind jetzt um die 700 ml – in einen Topf geben und erhitzen. Den Saft offen bei mittlerer Hitze ca. 50 Min. kochen, bis er dunkel und zähflüssig wie Sirup ist.

---

4. Den Sirup nach Belieben mit Zimt abschmecken und in 2-3 vorbereitete Gläser füllen. Diese gleich verschließen und ca. 5 Min. auf den Kopf stellen.