

Rezept

Apfelkuchen vom Blech

Ein Rezept von Apfelkuchen vom Blech, am 19.04.2024

Zutaten

1,5 kg Äpfel (z.B. Boskop)	2 EL Zitronensaft
100 g Amaranth	200 g Magerquark
4 EL Apfeldicksaft	100 ml Rapsöl
50 ml Milch (1,5 % Fett)	3 Eier (M)
300 g Buchweizenmehl	1 TL Weinstein-Backpulver
100 g Cranberrys	Salz
200 g Crème fraîche	1/4 TL Zimt

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 1 BACKBLECH | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Das Backblech mit Backpapier belegen. Die Äpfel schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen. Die Hälften in schmale Spalten schneiden und mit Zitronensaft mischen.
2. Für den Teig Amaranth in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Den Quark mit 2 EL Apfeldicksaft, Rapsöl, Milch und 1 Ei glatt rühren. Buchweizenmehl mit Backpulver und Amaranth mischen und dazugeben. Alles mit den Knethaken des Handmixers zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ausrollen und auf das Blech legen. Die Äpfel dachziegelartig darauf verteilen. Cranberrys darüberstreuen.
3. Die restlichen Eier trennen, Eiweiße mit 1 Prise Salz steif schlagen. Crème fraîche mit restlichem Apfeldicksaft, Eigelben und Zimt glatt rühren. Eischnee mit einem Teigschaber unterziehen und die Creme auf den Äpfeln verteilen. Den Kuchen im Ofen (Mitte, Umluft 160°) ca. 35 Min. backen.