

Rezept

Veganer Bratapfel im Blätterteig

Ein Rezept von Veganer Bratapfel im Blätterteig, am 28.06.2026

Zutaten

Für die Bratäpfel

- 4 Äpfel (z. B. Boskop)
- 20 g Sesam
- 20 g Walnusskerne
- 1 Pck. frischer Blätterteig (270 g, aus dem Kühlregal)
- 30 g Rosinen
- 25 g Nussmus (z. B. Haselnussmus, Mandelmus)
- 20 g Marzipanrohmasse

Für die Sauce

- 200 g Sojagurt Vanille
- 20 g Rohrohrzucker
- 40 ml Pflanzendrink (z. B. Sojadrink)

Außerdem

- Stern-Ausstecher (2 cm)
- Auflaufform (20 x 30 cm)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 485 kcal, 27 g F, 9 g EW, 50 g KH

Zubereitung

1. Die Äpfel waschen, schälen und das Kerngehäuse mit einem Apfelausstecher herausstechen. Das Loch mit dem Ausstecher auf ca. 2 cm Ø vergrößern.
2. Rosinen, Sesam und Nussmus in einer kleinen Schale mischen. Die Walnüsse fein hacken. Das Marzipan mit den Fingern in kleine Stücke zupfen. Walnüsse und Marzipan unter die Rosinen mischen. Die Masse dicht in die Äpfel füllen.
3. Den Backofen auf 180° vorheizen. Den Blätterteig auf der Arbeitsfläche entrollen. Die Teigplatte dann einmal längs und einmal quer halbieren, sodass vier Rechtecke entstehen. Am Rand der Rechtecke mit dem Ausstecher jeweils einen Stern ausstechen. Jeden Apfel locker in ein Teigrechteck wickeln und einen Stern an der Oberseite festdrücken. Die Bratäpfel in die Form setzen und im Ofen (Mitte) ca. 35 Min. backen.
4. Joghurt, Pflanzendrink und Zucker verrühren. Die Sauce auf vier Dessertschalen verteilen. Die Bratäpfel aus dem Ofen nehmen, auf die Sauce setzen und heiß servieren.