

Rezept

## Würzige Apfelcreme

Ein Rezept von Würzige Apfelcreme, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>1</b> aromatischer Apfel (z. B. Cox Orange)	<b>1 EL</b> Zitronensaft
<b>1 TL</b> Ras-el-Hanout	<b>100 g</b> Seidentofu
<b>2 EL</b> kleine Rosinen	<b>1 EL</b> Mandelstifte
Salz	Pfeffer aus der Mühle

### Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal

### Zubereitung

1. Den Apfel schälen, vierteln, entkernen und die Viertel grob raspeln. Die Apfelraspel sofort mit dem Zitronensaft beträufeln und mit Ras-el-Hanout und Seidentofu verrühren.

---

2. Die Rosinen etwas kleiner schneiden. Die Mandelstifte in einer kleinen beschichteten Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen und nach Belieben grob hacken. Rosinen und Mandeln unter die Apfelcreme rühren, die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.