

Rezept

Würziges Apfelkompott

Ein Rezept von Würziges Apfelkompott, am 26.04.2024

Zutaten

1 Stück Ingwer (1 cm lang)	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	2 säuerliche Äpfel
2 EL Zitronensaft	1 EL Öl
1 TL getrockneter Thymian	100 ml trockener Weißwein (ersatzweise Wasser)
1 kräftige Prise Cayennepfeffer	Salz
	2 TL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 65 kcal, 3 g F, 1 g EW, 8 g KH

Zubereitung

1. Ingwer, Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Äpfel vierteln, entkernen, klein würfeln und mit dem Zitronensaft mischen.
2. Das Öl in einem Topf erhitzen. Darin Ingwer, Schalotten, Knoblauch und Thymian andünsten. Äpfel dazugeben und kurz mitdünsten. Wein dazugießen, die Äpfel mit Cayennepfeffer und 1 TL Salz würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze in ca. 10 Min. musig einköcheln lassen.
3. Das Kompott mit Honig und eventuell noch etwas Salz abschmecken und auskühlen lassen.