



Benötigte Zutaten

Gebackene Apfelringe

mit Zimtjoghurt

Anleitung

Zu Beginn Mehl, Wein, Öl, Joghurt, Eidotter und Salz zu einem glatten Teig verrühren. Dann das Eiklar mit Kristallzucker zu Schnee schlagen und unter den Teig heben. Nun die Äpfel schälen, in Scheiben schneiden und das Kerngehäuse kreisförmig aus jeder Scheibe ausschneiden. Jetzt mit Zitronensaft und Rum beträufeln und mit Staubzucker bestreuen.

Danach ausreichend viel Öl in einer Pfanne erhitzen. Es hat die richtige Temperatur, wenn beim Eintunken eines Holzlöffels Bläschen aufsteigen. Apfelringe in den Teig tauchen und im Fett bei etwas reduzierter Temperatur goldbraun backen. Nach dem Rausgeben auf Küchenpapier gut abtropfen lassen und mit Staubzucker und Zimt bestreuen. Für das Zimtjoghurt alle angeführten Zutaten gut verrühren und mit den gebackenen Apfelingern servieren.

Kochtipps:

Der eilastige Teig klebt besser an den Apfelingern.

Nährwerte pro Portion

10 g Fett 10 EW 67 Kohlenhydrate 412 kcal 5.58 BE



Ein Rezept der:

AMA Marketing



Apfelringe

80 g Joghurt 3,6 %

40 ml Weißwein

120 g Mehl

15 ml Öl

2 Eier

1 Prise Salz

15 g Kristallzucker

4 Äpfel geschält

50 g Staubzucker

Saft von einer Zitrone

1 EL Rum

Sonnenblumenöl zum Backen

Staubzucker und Zimt zum Bestreuen

Zimtjoghurt

250 g Joghurt 3,6%

1 TL Zimt

1 Pkg. Vanillezucker

1 EL Staubzucker