

Apfel.Zimt.Punsch

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- H** 1 Liter Apfelsaft naturtrüb
- 1 kleiner Apfel
- E** 10 cm Zimtstange
- 2 EL flüssiger Honig
- 25 g Rosinen
- M** 6 Gewürznelken



ZUBEREITUNG:

Die Zimtstange & Gewürznelken in einen Teebeutel geben. Apfelsaft, Honig & Rosinen in einem großen Topf mischen, den Gewürzbeutel reinhängen & 1 Stunde ziehen lassen, damit die Rosinen aufweichen. Dann den Apfel schälen, entkernen & vierteln. Den Saft im Topf bei milder Hitze langsam erwärmen, die Apfelscheiben hinzufügen & etwa 20 Min. ziehen lassen, bis die Äpfel anfangen, weich zu werden. Dann vom Herd nehmen, den Gewürzbeutel herausnehmen, in Häferl verteilen, evtl. mit einer Apfelspalte dekorieren & genießen.

Winterliche Apfel.Muffins

ZUTATEN FÜR 12 STÜCK:

- H** 200 g feines Dinkelmehlmehl
- 1 großer Apfel, klein geschnitten
- 2 TL Backpulver
- F** 1 Prise Kakaopulver
- E** 150 g Vollrohrzucker
- 2 EL Butter
- 1 TL Zimt
- 300 g Apfelmus
- 60 ml Pflanzenöl
- 1 Ei
- M** 100 g feine Haferlocken, zart
- ½ TL Kardamom, gemahlen
- ¼ TL Nelkenpulver
- ¼ TL Muskatblüte
- ¼ TL Muskatnuss, gerieben
- w** Salz



ZUBEREITUNG:

Das Backrohr auf 190°C vorheizen. Muffinpapierförmchen ins Muffinblech legen. 40 g Mehl, 50 g Zucker, 50 g Haferflocken & die Butter in eine Schüssel geben & mit den Händen vermischen, bis eine fein streuselige Konsistenz entsteht & diese dann beiseitestellen. Aus den restlichen Zutaten (bis auf die Apfelstückchen) einen Teig mischen, zuletzt die Apfelstückchen untermengen & den Teig in die Muffinformen füllen. Dann mit der Streuselmischung bestreuen & etwa 20 Min. backen.