



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten:

4 Stk. Äpfel
4 EL Zucker
4 cl Apfelbrand
10 cl Apfelsaft
4 Stk. Eiskugeln Vanille
2 EL gehackte Walnüsse
Zitronensaft

Mein persönlicher Tipp

Schmeckt auch toll mit anderen Früchten je nach Saison. Z.B. Birnen, Marillen, Pfirsiche, Pflaumen etc. Je nach Frucht mit dem entsprechenden Brand bzw. Saft abstimmen.



Martina Sallaberger

Seminarbäuerin im Bezirk Grieskirchen

Flambierte Apfelscheiben mit Karamellsauce



Foto: LK OÖ/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Äpfel waschen, Kerngehäuse ausstechen und in fingerdicke Scheiben schneiden.
- Mit etwas Zitronensaft beträufeln.
- Butter in einer flachen Pfanne erhitzen und die vorbereiteten Apfelscheiben darin beidseitig goldgelb anbraten.
- Nun mit Zucker bestreuen und diesen karamellisieren (bis er braun und geschmolzen ist) lassen.
- Nun den Apfelbrand beigeben und mit einem langen Zündholz anzünden (flambieren). Danach Apfelsaft beigeben und nochmals kurz einkochen lassen – es soll eine sämige Sauce entstehen.
- Auf vorgewärmten Tellern mit einer Kugel Eis anrichten und mit gehackten Nüssen garnieren.

Quellen:



Romana Schneider & Martina
Haslechner: *Kursunterlage Genial, vital - schnelle Wohlfühlküche aus der Pfanne/dem Wok*



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

