

Äpfel schmecken immer

In dieser Ausgabe stellen wir auch zwei Rezepte mit Äpfeln vor, schnell zu machen und lecker.

Aber wir beginnen mit einem **"Linseneintopf mit Knusperschinken"**, es ist ein leckerer Eintopf mit Gemüse, Linsen und Kartoffeln. Es ist eine richtige Hausmannskost.

"Medaillons in Apfel-Senf-Soße", dieses Hauptgericht geht sehr schnell und ist superlecker.

Auch die **"Apfel-Muffins"** sind lecker und sehr schnell zu machen. Die Zimt-Zucker-Schicht auf den Muffins karamellisiert und schmeckt lecker und süß.

Das **"Pflaumen-Schichtdessert"** sieht nicht nur sehr gut aus, es schmeckt auch vorzüglich. Pflaumen sind bei uns das ganze Jahr zu bekommen.

Linseneintopf mit Knusperschinken



Zutaten für 4 Personen:

1 Zwiebel
1 große Möhre
250 g grüne Bohnen
1 TL Bohnenkraut frisch oder getrocknet, ersatzweise Thymian frisch oder getrocknet
800-1000 ml Gemüsebrühe
1 EL Öl
250 g braune oder grüne Linsen, hier: Pardina Linsen
400 g Kartoffeln
150 g geräucherte Schinkenwürfel, ersatzweise Baconwürfel
1 EL Öl für die Schinkenwürfel
100 g Sahne oder Creme fraiche
Salz, Pfeffer
2 TL Senf mittelscharf

Zubereitung:

Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden, die Möhre ebenfalls schälen und in dünne Scheiben schneiden. Bohnen waschen und evtl. die Fäden abziehen. Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. Bohnenkraut klein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebelwürfel, Möhre, Bohnen und Kartoffeln andünsten. Brühe angießen und etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Linsen waschen, abgießen und in einem Topf bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten garen.

Linsen abspülen. Schinkenwürfel in einer Pfanne mit einem Esslöffel Öl knusprig ausbraten.

Fertigstellen:

Gekochte Linsen und den Knusperschinken zum gekochten Gemüse geben. Sahne oder Creme fraiche einrühren und mit Senf abschmecken. Würzen mit Salz und Pfeffer.

Medaillons in Apfel-Senf-Soße



Zutaten für 4 Personen:

600-800 g Schweinefilet
Salz
Pfeffer aus der Mühle
1 EL mittelscharfer Senf
2-3 EL neutrales Öl, z.B. Rapsöl

Soße:

350 g Äpfel
30-40 g Butter
25 g brauner Zucker
80 ml Apfelsaft
1 EL Thymianblättchen
100-120 ml Fleischbrühe
3 EL Creme fraiche oder Schmand
1 EL Senf, mittelscharf
Salz,
Pfeffer aus der Mühle

Deko:

Thymianzweig
abschmecken:
3 TL Senfsauce mit Feige

Zubereitung:

Das Schweinefilet in Medaillons schneiden und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer einreiben und dünn mit Senf bestreichen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Medaillons von beiden Seiten etwa 8 Minuten braten. Erst einmal beiseite stellen.

Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Apfelviertel in Spalten schneiden.

Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Apfelspalten mit braunem Zucker bestreuen. Die Apfelspalten bei nicht zu hoher Hitze garen und karamellisieren lassen.

Apfelspalten beiseite stellen.

Die Karamellschicht in der Pfanne mit Apfelsaft ablöschen, Brühe angießen. Creme fraiche und Senf einrühren und Thymianblättchen zufügen. Etwa 5 Minuten köcheln lassen. Die Soße mit Salz und Pfeffer würzen.

Servieren:

Medaillons mit Apfelspalten auf vorgewärmten Tellern anrichten. Soße darüber geben oder separat reichen. Dazu serviert man Nudeln oder besonders Spätzle. Dekorieren mit einem Thymianzweig.

Anmerkung:

Falls die Soße etwas zu dünn geraten ist, kann man diese mit wenig Speisestärke binden. Zum Schluss kann man die Soße noch mit einem Fertigprodukt, Senfsauce Feige, abschmecken. Wenn ausschließlich Erwachsene mitessen kann man den Apfelsaft durch Calvados oder Cidre ersetzen.

Fortsetzung siehe nächste Seite

Apfel-Muffins



Zutaten für ein Blech,

12 Muffins:

130 g Butter
140 g Zucker
1/2 TL Zimt
2 Eier
200 g Mehl, Type 405
2-3 TL Backpulver
2-3 Äpfel

zum Bestreuen:

etwa 10 g Zucker
1 TL Zimt
12 Muffinförmchen

Zubereitung:

Butter mit Zimt, Zucker und den Eiern schaumig rühren. Mehl mit Backpulver mischen und unter die Buttermasse heben.

Mit einem Apfelsstecher das Kerngehäuse der Äpfel entfernen. Äpfel in Scheiben schneiden.

Bei größeren Äpfeln kann man die Scheiben vierteln und so viele Viertel darauf legen wie Platz ist.

Fertigstellen:

Teig in 12 Muffinsformen verteilen. Apfelstücke oder Apfelscheiben obenauflegen.

Mit Zucker-Zimt-Gemisch bestreuen.

Bei 160 Grad (Unter- und Oberhitze) etwa 25 Minuten backen. Abkühlen lassen und servieren.

Anmerkung:

Man kann auch sehr kleine Äpfel nehmen, diese halbieren und das Kerngehäuse entfernen.

Diese halben Äpfel mit der Schnittfläche nach oben in den Teig stecken. Mit Zucker-Zimt-Gemisch bestreuen und wie vorgegeben backen.

Pflaumen-Schichtdessert



Zutaten für 4 Personen:

400 g Pflaumen oder Zwetschen, frisch oder TK-Pflaumen in Apfelsaft und Honig
100 ml Apfelsaft
75 ml Wasser
2 EL Honig oder Ahornsirup
1 TL Speisestärke
6 TL gehackte und geröstete Haselnüsse, Fertigprodukt
400 g Speisequark, Magerstufe
200 g Schmand
4 EL Puderzucker
einige Spritzer Zitronensaft

Zubereitung:

Pflaumen mit Apfelsaft, Wasser und Honig aufkochen, Pflaumen zugeben und das Obst mit dem Pürierstab etwas zerkleinern (je nach Geschmack). Etwa 2 Minuten kochen lassen, dann Speisestärke mit zwei Esslöffeln kaltem Wasser anrühren und in die kochende Flüssigkeit geben und aufkochen.

Quark mit Schmand, Puderzucker und Zitronensaft cremig rühren. Falls es zu fest ist kann man 1-2 Esslöffel Milch zugeben.

Fertigstellen:

Das Dessert in schönen Gläsern oder wie hier in durchsichtigen Tassen anrichten.

Zuerst die Quarkcreme einschichten, dann folgt das Pflaumenkompott. Darauf etwa einen Teelöffel gehackte und geröstete Haselnüsse geben. Wieder Quarkcreme einschichten und dann noch einmal Pflaumen darauf geben mit Quarkcreme abschließen. Etwa einen halben Teelöffel Haselnüsse obenauf geben und mit einem halben Teelöffel Kompott enden.

Anmerkung:

Anstelle von Quark mit Schmand kann man auch 250-300 g Mascarpone und 200 ml Sahne nehmen.