

Apfelbrot mit Nüssen und Rosinen an Vanilleschaum

Zutaten für 1 Kastenform:

| | | |
|-----|-----|---|
| 500 | g | Äpfel |
| 125 | g | Honig |
| 100 | g | Haselnüsse und Mandeln (gemahlen od. gehackt) |
| 1 | EL | Apfelsaft |
| 100 | g | Rosinen |
| 1 | Pr. | Salz |
| ¼ | Pak | Weinstein Backpulver |
| 250 | g | Weizenmehl (550) oder gerne auch Vollkornmehl |

Sojasahne (oder Joghurt), etwas gemahlene Vanille, Agavendicksaft

Zubereitung :

Äpfel schälen, reiben und mit Zucker od. Honig vermengen und eine Stunde stehen lassen.

Alle Zutaten gut durchkneten und in eine gefettete und mit Semmelmehl „bemehlte“ Kastenform füllen und im vorgeheizten Backofen bei ca. 175 Grad ca. 1 – 1,5 Stunden backen (Garprobe mit einem Holzspieß machen). Am besten erst am nächsten Tag anschneiden.

Für den Vanilleschaum die Sojasahne in eine ISI-Flasche geben und mit etwas Agavendicksaft süßen sowie ganz wenig gemahlene Vanille zugeben. Je nach Größe der Flasche 2-3 „Sahnekapseln“ einschrauben und kräftig schüttel. Vorsicht beim sprühen, das viel Druck in der Flasche ist. Der Vanilleschaum hält nicht so lange wie geschlagene Sahne und sollte aus diesem Grund erst kurz vor dem Verzehr „aufgesprüht“ werden.

Tipp:

Zur Weihnachtszeit noch etwas gemahlene Zimt zugeben.

Entweder als „Kuchen Ersatz“ oder / und als süßes Brot genießen.

Das Apfelbrot hält super mehrere Tage frisch und ist somit eine Tolle Alternative zur Schul- Stulle am Montag.