Apfel – Streuselkuchen aus Quark – Öl – Teig

Herrlich weicher Kuchenboden mit aromatischem Apfel – Streusel – Belag!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm siehe Tipp



Für eine Springform (26cm Durchmesser)

Für den Teig:
160g Quark 20% Fett (ggf. laktosefrei)
4 EL Öl
1 Prise Salz
50g Zucker
1 Eier
3/4 P. Backpulver
1/2 TL Xanthan
140g helle glutenfreie Mehlmischung auf Maisbasis. HIER gibt`s Infos zu Mehlmischungen.
60g Tapiokastärke oder Kartoffelstärke
½ TL gemahlene Vanille
bis 6 EL Milch (ggf. laktosefrei)

Für den Belag:
4 – 5 Äpfel
70g helle glutenfreie Mehlmischung auf Maisbasis
40g Zucker

40g kalte Butter (ggf. laktosefrei)
1/4 TL Zimt

Puderzucker zum Bestreuen

1. Den Teig herstellen. Quark, Öl, Salz, Zucker und Ei glatt rühren. Anschließend das gesiebte Mehl, Tapiokastärke, Xanthan, Backpulver und Vanille zufügen und einige Minuten gut durchkneten.
Je nach Beschaffenheit des Teigs bis zu 6 EL Milch zugeben und einkneten. Der Teig soll weich, aber knetbar sein. Teig 30 Minuten zugedeckt ruhen lassen.
2. Unterdessen die Äpfel schälen, das Kernhaus entfernen und in dünne Spalten schneiden. Wenn sehr feste Äpfel verwendet werden, dann die Apfelschnitze kurz dämpfen, sonst werden diese auf dem Kuchen nicht weich.
3. Den Teig nochmals kurz durchkneten, auf einer bemehlten Arbeitsplatte ausrollen und in eine Spring- oder Tarteform legen. Einen kleinen Rand hochziehen. Mit den Apfelspalten belegen.
4. Für den Streuselbelag Mehl, Zucker, kalte Butter in Stückchen und Zimt in eine Schüssel geben. Alle Zutaten mit den Händen gut abbröseln, sodass die Zutaten gut gemischt sind. Auf den Kuchen streuen.
5. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) etwa 40 Minuten backen. Auskühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Tipp: Anstatt Äpfel können auch Zwetschgen, Beeren, Aprikosen oder Birnen verwendet werden.

Fruktosearm – Tipp: Zucker durch Getreidezucker im Verhältnis 1:1 verwenden. Äpfel durch fruktosearmes Obst wie Aprikosen oder Mandarinen ersetzen.









Auch mit Zwetschgen schmeckt Quark-Öl-Teig köstlich!