

Apfelküchle

In Franken ist diese Leckerei als süßes Hauptgericht beliebt! Auch als Dessert mit Vanillesauce oder Eis überzeugen die süß-fruchtigen Apfelringe auf ganzer Linie!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp, hefefrei



Für 3 – 4 Personen

2 große Äpfel
1 EL Zitronensaft
1 EL Rum
1 EL Zucker
1/4 TL Zimt

Für den Teig:

2 Eier
180g helles glutenfreies Mehl*
3 EL Öl (z.B. Sonnenblumen- oder Rapsöl)
1/4 L Milch (ggf. laktosefrei) alternativ: pflanzlichen Milchersatz, Bier oder Wein
1 Prise Salz
2 P. Vanillezucker

Außerdem:

Fett (Öl oder Butterschmalz) zum Ausbacken

Zucker und Zimt zum Wälzen

1. Die Äpfel schälen und mit einem Kernhausausstecher das

Kernhaus der Äpfel entfernen. Die Äpfel in dünne (etwa 0,5 cm) Scheiben schneiden. Zitronensaft, Rum, Zucker und Zimt verrühren und die Apfelscheiben darin marinieren.

2. Für den Teig die Eier trennen. Eigelb, Mehl, Öl, Salz und Vanillezucker in eine Schüssel geben, Milch unter Rühren nach und nach zugeben bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig 30 Minuten ruhen lassen.

3. Das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben.

4. Fett in einer Pfanne erhitzen. Die Apfelscheiben nacheinander jeweils in den Teig geben und sofort in der heißen Pfanne von beiden Seiten jeweils goldbraun ausbacken. Die Temperatur nicht auf höchste Stufe einstellen, sonst werden die Apfelküchle außen schnell dunkel und die Apfelscheiben bleiben hart!

5. Die Apfelküchle auf ein Küchenkrepp geben und sofort in einem Zucker-Zimt-Gemisch wenden. Sofort servieren.

*Gerne kann eine glutenfreie Mehlmischung nach eurer Wahl verwendet werden. Der Teig soll jedoch eine cremige Textur aufweisen. Bei Bedarf mit glutenfreiem Mehl oder Flüssigkeit regulieren.

Tipp: Als Beilage schmeckt Vanilleeis, Vanillesoße oder Schlagsahne köstlich!



rezepte-glutenfrei.de



