

RHEINHESISCHE APFELSPEZIALITÄTEN



Rheinheissische Apfelspezialitäten

Spezialitäten aus rheinheissischen Äpfeln



Apfel ist gleich Apfel –oder gibt es da auch Unterschiede?

Unser kleines Apfel 1 x 1

Die Apfellandschaft Rheinhessens ist bunt und vielfältig. Hier sind jene Apfelsorten aufgeführt, die ganz in unserer Nähe angebaut und zum Teil auch weiterverarbeitet werden. Ein Vergleich lohnt sich!

Machen Sie es wie wir: Probieren und vergleichen Sie selbst!

Boskoop	Winter- und Lagerapfel, saftig, fest und feinsäuerlich, zum Backen und Kochen geeignet
Braeburn	Winter- und Lagerapfel, saftig, fest und knackig, feinsäuerlich bis süßes Fruchtfleisch
Cox Orange	Winter- und Lagerapfel, aromatisch, süßfruchtig, würzig mit feiner Säure
Delbar Estivale	Herbstapfel, knackig frisch, wenig Säure, süßfruchtig und aromatisch.
Elan	Sommer- und Herbstapfel, fruchtig und feinsäuerlich
Elstar	Winter- und Lagerapfel, saftig, fest und knackig, feinsäuerlich bis süßes Fruchtfleisch.
Gala royal	Winter- und Lagerapfel, knackig frisch, wenig Säure, süßfruchtig und aromatisch.
Gloster	Winterapfel, mild und aromatisch, feinfruchtige, zurückhaltende Säure.
Golden Delicious	Winter- und Lagerapfel, saftig, süßsäuerlich, feines, ausgewogenes Aroma.
Idared	Winter- und Lagerapfel, feinsäuerlich mild, besonders geeignet für Diabetiker.
Jonagold	Winter- und Lagerapfel, süß und sehr aromatisch, saftig und knackig.
Melrose	Kühl bis Mai lagerfähig, süßes und aromatisches Fruchtfleisch, fest und saftig.
Nashi	Kreuzung aus Apfel und Birne, sehr saftig.
Pinova	Winter- und Lagerapfel, saftig, fest, süßsäuerlich, sehr aromatisch und würzig, zum Backen und Kochen geeignet.
RubINETTE	Winter- und Lagerapfel, süß mit feiner Säure, aromatisch und fruchtig.
Sommergold	Saftig und säuerlich, weißes Fruchtfleisch, Schale grün bis gelb, leuchtend rote Deckfarbe, Frühapfel: Erntezeit Mitte August.
Topaz	Herst- und Winterapfel, saftig, leicht süßsäuerlich, festes und knackiges Fruchtfleisch.

Apfelmus mit Sahne und gebrannten Mandeln

Zutaten für 6 Portionen

1 kg	Äpfel
6 EL	Wasser
75 g	Zucker
1 Stange	Zimt
½	Vanilleschote(n)



- Die Äpfel schälen und vierteln.
- Mit Wasser, Zitronensaft und Zucker zum Kochen bringen.
- Die Zimtstange und die Vanilleschote zugeben und die Äpfel weich kochen, beides herausnehmen und die Äpfel pürieren.
- Das Mus in kleine Schüsselchen füllen und auskühlen lassen,

Sahne

250 ml	Sahne
1 EL	Zucker

- Sahne mit dem Handrührgerät schlagen.
- Zucker begeben, kurz bevor die Sahne fertig geschlagen ist!

Gebrannte Mandeln

200 g	Mandel(n)
200 g	Zucker
125 ml	Wasser
1 Pck.	Vanillezucker



- Wasser, Mandeln und Zucker im Topf bei mittlerer Hitze kochen.
- So lange kochen, bis kein Wasser mehr im Topf ist.
- Dann den Vanillezucker zufügen und rühren, bis er zergeht.
- Nun noch ein paar Minuten weiter rühren, bis Zucker richtig an den Mandeln klebt.
- Ein Blech mit Backpapier auslegen.
- Dann die Mandeln das Blech schütten, verteilen und abkühlen lassen.
- Schneiden und über das Apfelmus verteilen.

Gebackene Apfelspalten

Zutaten für 4 Personen

3-4	Eier
120 g	Mehl
1/4 l	Milch
6	Äpfel
eine Prise	Salz
eine Prise	Staubzucker (zum Bestreuen)
eine Prise	Zimt (zum Bestreuen)



Zubereitung

1. Äpfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und in dicke Scheiben schneiden.
2. Aus den übrigen Zutaten einen dicken „Pannkucheteig“ bereiten.
3. Nun die Apfelscheiben in den Teig tauchen und im heißen Fett in einer Palatschinkenpfanne langsam goldbraun backen, dass die Äpfel gar werden.
4. Die fertigen Apfelspalten anrichten und mit Zucker und Zimt bestreut servieren.

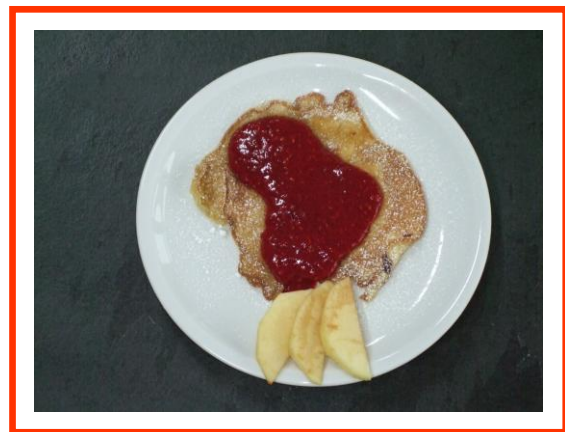
Rheinhessische Apfelpannekuche

oder

Apfel-Pancakes mit Himbeersauce

Zutaten für 4 Personen

300g	Himbeeren (frisch od. TK-Himbeeren)
3 EL	Zucker
1	Apfel
3 EL	Zitronensaft
200g	Mehl
1 Päckchen	Backpulver
2 Päckchen	Vanillezucker
1 Prise	Salz
2	Eier
250ml	Milch
2 EL	Butter



Zubereitung

1. Himbeeren waschen oder auftauen lassen, mit dem Pürierstab pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Mit dem Zucker süßen.
2. Apfel schälen, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Mit 2 EL Zitronensaft beträufeln.
3. Mehl, Backpulver, Vanillezucker und eine Prise Salz mischen.
4. Eier mit einem Schneebesen unterrühren, dann nach und nach die Milch und 1 EL Zitronensaft einrühren.
5. 1 EL Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Esslöffelgroße Teigportionen in die Pfanne geben, mit 1 bis 2 Apfelspalten belegen und bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 2 Minuten backen.
6. Auf einem Teller im heißen Backofen bei 100° C warm halten und den übrigen Teig ebenso verarbeiten. Mit der Himbeersauce servieren.

Wormser Apfelaufbau

oder

Scheiterhaufen

Zutaten

1 kg	Äpfel
60g	Butter
3	Eier
150g	Zucker
150g	Weißbrot od. Brioche
½ l	Milch od. Sahne
100g	Nüsse od. Mandeln
	Zitronensaft
	Zucker
	Butter



Zubereitung

1. Weißbrot oder Brioche in Milch einweichen. Äpfel schälen, das Kerngehäuse ausstechen und die Äpfel in dünne Scheiben schneiden.
3. Eier trennen und aus dem Eiweiß einen festen Schnee schlagen.
4. Eigelb mit der Butter und dem Zucker schaumig rühren. Die Mandeln unterheben. Weißbrot / Brioche ausdrücken, mit der Ei-Butter-Zucker-Masse vermischen.
7. Den steifen Eischnee vorsichtig unterheben
8. Auflaufform mit Butter ausstreichen und etwa die Hälfte des Teiges darin verteilen.
9. Apfelscheiben daraufsetzen und diese wiederum mit der zweiten Hälfte des Teiges bedecken.
10. Butterflöckchen auf dem Teig verteilen.
11. Apfelaufbau bei ca. 180°C 35 bis 40 Minuten goldbraun backen.

Lauwarmer Apfelstreusel

oder

Applecrumble

Zutaten

1 kg	Äpfel
2 EL	Zitronensaft
	<i>Butter zum Einfetten der Auflaufform</i>
125g	Zucker
100g	Butter
125g	Mehl
1 Prise	Salz
	<i>Sahne oder Vanilleeis</i>

Zubereitung

- Backofen auf 175°C vorheizen.
- Die Äpfel schälen, in Stücke schneiden (achteln) und Kerngehäuse entfernen.
- Äpfel kurz in etwas Wasser und Zitronensaft andünsten.
- Gedünstete Äpfel mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und in eine eingefettete Auflaufform schichten.
- Aus Mehl, Zucker und Butter einen Streuselteig herstellen.
- Streuselteig über die Äpfel krümeln.
- Apfelstreusel bei 175°C 30 – 35 Minuten backen, bis die Streusel goldgelb sind!
- Zu dem fertigen Apfelstreusel kann man Sahne oder Vanilleeis reichen!

Bratapfel

Zutaten für 4 Personen

4 große	Äpfel
1 Glas	Gelee (Apfel od. Quitte)
1 Glas	Honig
100g	Nüsse oder Mandeln
100g	Trockenfrüchte (Rosinen, Quetsche, ...)
100g	Zucker
1EL	Zimt
1	Zitrone
	Apfelsaft

Zubereitung

1. Mit einem Apfelnuker das Kerngehäuse aus den Äpfeln herausstechen.
2. Die Butter mit den gehackten Nüssen oder Mandeln, den Trockenfrüchten, dem Zucker, 2 EL Honig, dem Zimt und der abgeriebenen Schale Zitrone verkneten.
3. Die Äpfel mit dieser Masse füllen und diese anschließend in eine feuerfeste Form geben.
4. Über jeden Apfel 1 EL Honig und 2 EL Apfelgelee geben.
5. Die feuerfeste Form in einem auf 120°C vorgeheizten Backofen stellen und 60 Minuten backen lassen.
6. Gelegentlich mit einem EL gutem Apfelsaft übergießen.

TIPP

Dazu passen geschlagene Sahne, Vanillesauce oder Vanilleeis.

Einfacher Rührteig – 5 Eier-schwer

Zutaten

250 g Butter oder Margarine
250 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
5 Ei(er)
250 g Mehl (Weizenmehl)
1 Pck. Backpulver
Obst (z.B. Äpfel, Aprikosen,
Pflaumen, ...)



Zubereitung

- Eier trennen.
- Eiweiß zu festem Schnee schlagen.
- Butter oder Margarine mit dem Handrührgerät auf höchster Stufe geschmeidig schlagen.
- Nach und nach Zucker, Vanillezucker und Eigelb unterrühren und solange rühren, bis eine gebundene Masse entstanden ist.
- Mehl mit Backpulver mischen und mittlerer Stufe unterrühren.
- Schnee vorsichtig unterheben
- Den Teig in eine Kuchenform füllen oder auf einem Backblech verteilen.
- Teig mit Obst belegen.

- Den Kuchen bei 180-200°C ca.45 Minuten backen, kruz abkühlen und mit Puderzucker bestreuen

Blechkuchen mit Belag

Zutaten

500g	Mehl
2	Eier
100g	zerlaufene Butter
¼ l	lauwarme Milch
30g	Hefe
1 TL	Salz
	Schale einer halben BIO-Zitrone
100g	Zucker

Als Belag eignen sich je nach Jahreszeit ...

- Kirschen
- Sauerkirschen
- Aprikosen
- Mirabellen
- Zwetschken
- Apfel
- Streusel

Zubereitung

1. 80g Mehl in eine Schüssel sieben und in der Mitte eine Mulde machen.
2. Die Hefe in die Mulde krümeln und mit einem TL Zucker sowie 100ml Milch zu einem flüssigen Vorteig vermischen.
3. Den Vorteig ca. 20 Min. gehen lassen.
4. In der Zwischenzeit das Obst Waschen und schneiden.
5. Zu dem Vorteig werden nun Eier, Butter, Zucker, die restliche Milch und das gesiebte Mehl beigefügt und mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verarbeitet. Den fertigen Teig ausrollen, auf ein Backblech legen und an einem warmen Ort erneut gehen lassen.
7. Hat sich der Teig verdoppelt, kann er nach Lust und Laune belegt und gebacken werden!

TIPP:

- Der Teig geht schneller, wenn er im warmen Backofen ruht.
- Daher wärmen wir den Backofen bei 50°C schon zu Beginn der Fachpraxis auf!

Muffins mit Äpfeln oder Allerlei

Zutaten

125g	Butter
125g	Zucker
1 Pck.	Vanillezucker
2	Eier
250g	Mehl
100ml	Milch
1 Pck.	Backpulver
	Schale einer halben BIO-Zitrone
	Äpfel, Nüsse, Schokolade, ...



Zubereitung

1. Butter mit dem Handrührgerät schaumig rühren.
2. Nach und nach Zucker, Vanillezucker und Eier unterrühren.
3. Das Mehl mit dem Backpulver mischen und im Wechsel mit der Milch in den Teig einrühren bis eine gebundene Masse entstanden ist.
4. Äpfel Schälen, Kerngehäuse entfernen und kleine Apfelwürfelchen schneiden.
5. Apfelwürfel unter den Teig ziehen.
6. Das Muffinsblech mit Papierförmchen bestücken.
7. Nun den Teig vorsichtig mit 2 Esslöffeln in die Papierförmchen füllen..

TIPP:

- Der Teig eignet sich hervorragend als Grundteig für verschiedene Muffinssorten.
- Man kann z.B. auch Kirschen, Sauerkirschen, Schokolade, Nüsse, ... einarbeiten.
- Lasst eurer Kreativität freien Lauf und probiert es aus!

Weitere Informationen, Rezepte aus dem Schulalltag, Hinweise zu unseren Elternkochkursen und News findet ihr auf unserer Homepage unter der Rubrik „Gesund essen!“:

www.igs-gerhard-ertl.de/

Stefanie Kaul
(Projektleitung)

Leon Messer
(Schülersprecher)