



Kultur verbindet e.V.

Kultur verbindet e.V. • Bernkasteler Straße 21 • 53175 Bonn

## Leckere Äpfel – Crumble und Mus

Alte Lebensmittel sind oft genug zu schade für die Mülltonne! Schrumpelige Äpfel etwa eignen sich hervorragend für einen leckeren Apfel-Crumble oder für Apfelmus.

### Du brauchst:

- \* 4 Äpfel (ca. 1 kg)
- \* 2 EL Zitronensaft
- \* 1 Pck. Vanillinzucker
- \* ½ TL Zimt

### Für die Streusel:

- \* 160 g Mehl
- \* 100 g Zucker
- \* 1 Prise Salz
- \* 100 g Butter

Und noch Puderzucker oder Vanilleeis, je nach Geschmack

### So machst du es:

- Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in 1 cm große Würfel schneiden.
- Die Apfelmischung mit Zitronensaft und Vanillezucker mischen
- Mehl mit Zucker und Salz in einer Schüssel mischen.
- Kalte Butter in kleine Stücke schneiden und mit den Händen in die Mehl-Zuckermischung kneten. Die Masse soll krümelig bleiben, also nicht so lange kneten!!
- Backofen auf Umluft 180 Grad einstellen.
- Die Apfelmischung in eine Auflaufform oder mehrere kleine ofenfeste Schüsseln geben.
- Die Teigstreusel über die Apfelmasse geben.
- Ca. 20 Minuten backen. Am besten warm essen. Nach Belieben mit Puderzucker und/oder Vanilleeis servieren.



Fotos: privat

**Viel Spaß dabei!**

## Apfelmus selbst machen

So schnell kannst du einfaches Apfelmus selbst machen.

### Du brauchst:

- \* 1 kg Apfel
- \* 1 Vanilleschote oder 1 Pck. Vanillezucker
- \* 80 ml Wasser
- \* 3 EL Zucker
- \* 1 EL Zimt
- \* Saft einer halben Zitrone
- \* Saubere Schraubgläser mit Deckel

### So machst du es:

- \* Äpfel waschen, schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Mit dem Zitronensaft mischen.
- \* Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit einem Teelöffel auskratzen.
- \* Das Wasser in einen Topf geben und die Vanilleschote mit Vanillemark, Zucker und Zimt aufkochen.
- \* Die Äpfel in den Topf geben, umrühren und alles für 15-20 Minuten auf niedriger Stufe köcheln lassen.
- \* Die Vanilleschote entfernen. Die Äpfel mit einem Pürierstab zerkleinern. Fertig!



**Guten Appetit!**

### Tipp:

- ♥ Du kannst das heiße Apfelmus in die Schraubgläser füllen und gut verschließen. Darin hält es sich einige Wochen. Du kannst es auch einfrieren, dann musst du es in Plastikgefäße oder Plastiktüten füllen und erst abkühlen lassen.