

Kuchen Backen Rezepte

Apfelkuchen Ohne Ei

Gattung: Backen, Obst, Obstkuchen, Kuchen

200 g	Weizenmehl	4	Äpfel, säurliche; bis 1/2
100 g	Haferflocken		- mehr
2	Teel. Backpulver		Zitronensaft
50 g	Honig	80 g	Cashewnüsse
70 ml	Öl	2	Essl. Honig
4	Essl. Apfelsaft		

Mehl, Haferflocken, Apfelsaft, Honig, Öl und Backpulver zu einem Teig verrühren, in eine gefettete Springform geben.

Die Äpfel schälen, halbieren, mehrmals ca. 1 cm tief einschneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln.

(Tipp vom Verfasser: um die Einschnitte in die Äpfel gleichmäßig und damit auch schneller zu kriegen habe ich den Eierschneider für solche Zwecke eingesetzt. Die Äpfel habe ich dazu geviertelt, sonst geht das mit dem Eierschneider nicht so gut.)

Die Apfelhälften auf den Teig legen, etwas eindrücken. Die Cashewnüsse grob reiben und mit dem Honig über die Äpfel geben.

Bei 200 Grad C gut 30 Minuten backen. Wer es gerne sehr süß mag, kann den Kuchen noch mit 1 - 2 El Honig beträufeln.