



APFELKUCHEN

Ingwer, Nelken & Zimt

Versunkener Apfelkuchen ist ein absoluter Klassiker bei uns. Er weckt wohlige Kindheitserinnerungen an den herbstlichen Sonntagskaffee bei Großmutter und die Apfelernte im Garten. Unsere Variante enthält Einkornmehl, Ahornsirup, wärmende Gewürze und viele Äpfel.

 **FÜR 1 KUCHEN**
(Ø 26 CM)

RÜHRTEIG

3 Eier
1 Prise Salz
120 g weiche Butter + mehr
für die Form
150 ml Ahornsirup (oder
Vollrohrzucker)
Mark von 1 Vanilleschote
300 g Einkornmehl + mehr
für die Form
1 Msp. Ingwerpulver
1 Prise gemahlene Gewürz-
nelken
1 TL gemahlener Zimt
+ mehr zum Bestreuen
2 TL Weinsteinbackpulver
150 ml Mandelmilch
1 EL Rum

AUSSERDEM

750 g Äpfel (etwa 4 Äpfel)
2 EL Aprikosenkonfitüre
(70 % Fruchtgehalt)

Den Backofen auf 185 °C vorheizen. Die Eier trennen. In einer Schüssel Eiweiße und Salz mit dem Handrührgerät steif schlagen. In einer anderen Schüssel die Butter einige Minuten aufschlagen, bis sie heller wird, anschließend den Ahornsirup und die Eigelbe hinzugeben und alles verrühren. Das Vanillemark dazugeben. Einkornmehl, Gewürze und Backpulver mischen, mit Mandelmilch und Rum abwechselnd hinzufügen und alles sorgfältig vermischen. Zuletzt den Eischnee mit einem Schneebesen vorsichtig unterheben. Die Äpfel schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und fächerartig einschneiden.

Eine Springform (Ø 26 cm) einfetten und mit etwas Einkornmehl ausstäuben. Den Teig in die Form füllen, glatt streichen und darauf die Apfelviertel verteilen. Den Kuchen auf der mittleren Schiene des Ofens 40–45 Minuten backen, bis er aufgegangen und goldbraun ist. Bleibt an einem hineingesteckten Holzstäbchen kein Teig mehr haften, ist der Kuchen fertig. Den Kuchen etwa 10 Minuten in der Form abkühlen lassen. Anschließend auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig auskühlen lassen.

Die Aprikosenkonfitüre in einem Topf bei schwacher Hitze erwärmen und den Kuchen noch heiß damit bestreichen. Zum Schluss mit etwas Zimt bestreuen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

 20 MIN  40–45 MIN