



Dauer: Mittel

.....

Kategorie: Backrezepte

.....

Saison: Herbst

.....

Für:

.....

Verfasst von: Sophie Leitner

.....

Zutaten

.....

400 G Vollkornmehl (Einkorn oder Dinkel)

.....

250 G Butter

.....

120 G Zucker

.....

1 Ei

.....

80 G Sauerteig

.....

3-5

STUECK Äpfel

.....

Zubereitung

1. Butter in kleine Stücke schneiden und mit dem Mehl abbröseln.
2. Anschließend den Zucker dazugeben.
3. Danach eine Grube machen, das Ei und den Sauerteig reingeben und zu einem Mürbteig verkneten.

Der Teig soll eher weich sein, da das Vollkornmehl noch Feuchtigkeit aufnimmt.

4. Bei Raumtemperatur 2-3 Stunden rasten lassen.
5. Den Teig einmal durchkneten, 2/3 davon ausrollen und in eine gefettete Springform geben. Dabei den Rand hochziehen.
6. Die Äpfel klein würfelig schneiden und auf dem Teig verteilen.
7. Anschließend den restlichen Teig ausrollen und vorsichtig über die Äpfel geben.
8. Mit einer Gabel einstechen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann.
9. Im vorgeheizten Backrohr bei 180°C Ober- und Unterhitze ca. 50 Minuten backen.

mit Vollkornmehl und Sauerteig

Falls ihr keinen Sauerteig zuhause habt, könnt ihr den Apfelkuchen auch ohne machen, dann allerdings am Besten über Nacht rasten lassen, damit man das Vollkornmehl besser verarbeiten kann.