

Leichte Apfelküchlein

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.

Backen: ca. 20 Min.

Für das Chüechli-Blech (siehe Hinweis), gefettet, kühl gestellt
Ergibt 8 Stück

leicht

1¾ dl Milch

2 Esslöffel Butter, flüssig,
abgekühlt

1 frisches Eigelb

70 g Mehl

1 Esslöffel Vanillezucker

1 Messerspitze Backpulver

1 frisches Eiweiss

1 Prise Salz

2 Äpfel (je ca. 140 g; z. B. Braeburn), geschält, Kerngehäuse entfernt, in je 4 ca. 8 mm dicken Ringen

3 Esslöffel Zucker

1 Teelöffel Zimt

1. Milch, Butter und Eigelb in einem Messbecher verrühren.
2. Mehl, Vanillezucker und Backpulver in einer Schüssel mischen, nach und nach unter Rühren mit dem Schwingsen dazugeben, glatt rühren. Teig zugedeckt ca. 20 Min. quellen lassen. Kurz vor dem Backen Eiweiss mit dem Salz steif schlagen, sorgfältig unter den Teig ziehen.
3. Apfelringe in die vorbereitete Form legen, Teig darübergiessen.

Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens. Küchlein herausnehmen. Zucker und Zimt in einem Teller mischen, die noch heissen Küchlein darin wenden, noch warm servieren.

Dazu passt: Vanillesauce.

Tipp: Das Rezept für frittierte Apfelküchlein finden Sie in unserer Rezeptdatenbank unter www.bettybossi.ch.

Haltbarkeit: Die Apfelküchlein schmecken frisch am besten.

Pro Stück: 4 g Fett, 3 g Eiweiss, 17 g Kohlenhydrate, 495 kJ (119 kcal)



Hinweis: Kein Frittiergeruch in der Küche und weniger Fett im Apfelküchlein. Im neuen Chüechli-Blech lassen sie sich ganz einfach backen – mit überzeugendem Ergebnis! Im Chüechli-Blech lassen sich auch Doughnuts, Bagels und weitere süsse und pikante Köstlichkeiten zubereiten.