

Calvados-Äpfel mit Vanillesahne und Windbeutel

Zubereitung Calvados-Äpfel mit Vanillesahne:

1. Das Wasser in einem flachen Topf zum Kochen bringen, die Apfelstücke darin 1-2 Minuten kochen und das Wasser abseihen.
2. Butter im Topf zerlassen, Apfelstücke darin schwenken und den Orangenlikör zugeben.
3. Kartoffelstärkemehl mit drei Esslöffeln Wasser anrühren und die Apfelmasse damit binden.
4. Mit dem Holzlöffel vorsichtig rühren, damit die Äpfel nicht zerfallen.
5. Sahne schlagen, Puderzucker und Vanillinzucker zugeben und zu den Äpfeln servieren.

*1 Portion enthält: 190 kcal, 25 mg Phosphat,
110 mg Kalium*

Zutaten für 2 Portionen:

2,5 kg Äpfel in Achtel geschnitten
70 g Butter
70 cl Orangenlikör
28 g Kartoffelstärkemehl

Für die Vanillesahne:
8 Becher Sahne
42 g Puderzucker
28 g Vanillinzucker oder
14 Msp. Vanillemark

Zubereitung Windbeutel:

Zutaten für 30 Stück:

1/2 l Wasser
100 g Butter
300 g Mehl
60 g Speisestärke
8 Eier
2 gestr. TL Backpulver

Mehl und Stärkemehl (2EL Mehl zum Mischen des Backpulvers zurückbehalten) sieben und vermischen. Wasser und Butter in einem Topf zum Kochen bringen. Topf vom Herd nehmen, Mehl auf einmal unter ständigem Rühren in die Flüssigkeit schütten, zu einem glatten Kloß werden lassen und eine Minute erhitzen, dabei den Topf auf die Platte zurückstellen.

Danach den Kloß in eine Rührschüssel geben und die Eier nach und nach unterrühren, der Teig muss glänzend aussehen. Erst jetzt das mit 2 EL Mehl vermischte Backpulver darunter rühren.

Mit dem Spritzbeutel oder mit Hilfe von zwei Esslöffeln 30 gleichmäßig große Teighäufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 30 Minuten backen.

1 Windbeutel enthält: 170 kcal, 5g Eiweiß, 75 mg Kalium, 75 mg Phosphat