

## APFELCHIPS



### Apfelschalen

Apfelschalen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und bei 120 °C ca. 40–45 Minuten im Backofen trocknen, bis sie zu knusprigen Apfelchips geworden sind.

### ANREGUNGEN

- Ein herrliches Naschwerk für zwischendurch, im Salat oder Frühstücksmüsli.
  - Mit Wasser oder Tee aufgegossen ergeben sie einen köstlichen **Apfelschalentee**, wie ich ihn in Istanbul am großen Bazar probieren durfte.
    - Im Mörser mit etwas Meersalz zerstoßen verwandeln sich die Chips zu **Apfelsalz**, das sehr gut zu Zwiebelkuchen passt.
  - Geschmortes Weißkraut mit Apfelchips und gebratenen Kartoffeln mit Thymian und Apfelsalz steht im Winter ganz oben auf meiner Speisekarte.

## APFELMUS



### Apfelstücke

etwas Wasser oder

### Apfelsaft

Für übrig gebliebene Apfelstücke ist Apfelmus eine schnelle und gute Verwertungsvariante: Äpfel mit einem Schuss Wasser oder Apfelsaft in einem kleinen Topf einkochen, pürieren oder einfach mit der Gabel zerdrücken.

### TIPP

**Schmeckt super zum Frühstück** mit Joghurt, einem Löffel Kürbiskernen und einigen Tropfen Kernöl oder ganz pur. Gewürze wie Zimt, Ingwer oder Vanille sorgen für delikate Noten.



# LAUCH-SCONES

*mit*  
**BROMBEEREN**



1 EL Olivenöl

**1 Handvoll Lauchgrün**

Salz

260 g Mehl plus etwas Mehl für  
die Arbeitsfläche

½ TL Zucker

1 TL Brotgewürz

1 ½ TL Weinsteinbackpulver

110 g Butter

80–120 ml Buttermilch

1 Tasse Brombeeren

Backofen auf 180 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Lauchgrün hacken und mit etwas Salz rösten.

In einer großen Schüssel Mehl, Zucker, Brotgewürz, Backpulver, 1 TL Salz und Lauch vermischen. Butter in kleinen Stücken dazugeben (am besten zwischen den Fingern zu groben Streuseln zerbröseln).

Buttermilch hinzufügen – 1 EL zurückbehalten – und die Masse rasch grob verkneten. Zum Schluss vorsichtig die Brombeeren einarbeiten.

Teig 1 ½–2 cm dick auf einer bemehlten Arbeitsfläche flach drücken, mit einem Messer in Stücke schneiden und auf das Backblech setzen. Mit Buttermilch bestreichen und 15–20 Minuten backen.

## TIPP

**Teig nicht zu gründlich kneten,**  
da die Scones sonst zäh werden, er darf ruhig noch  
etwas gemasert sein. Teig möglichst rasch verarbeiten,  
die Butter im Teig darf nicht warm werden.



# KANDIERTE ORANGENSCHALE

## in SCHOKOLADE



### 6 Bio-Orangen

500 g Zucker  
plus Zucker zum Wälzen  
200 g Zartbitterschokolade,  
mindestens 70%

Die Orange halbieren, **Saft** auspressen und für anderweitige Verwendung aufheben. →122

Die ausgepressten Orangen in einem großen Topf vier Mal aufkochen, dabei jedes Mal mit frischem kaltem Wasser beginnen. Die Schale sollte danach so weich sein, dass man sie sehr leicht mit einem Messer einstechen kann.

Schalen abschrecken und das weiße Innere mit einem Löffel herauslösen. Orangenschalen in Streifen schneiden und in einem Sirup im Verhältnis Wasser – Zucker 1:2 so lange auf kleiner Flamme kochen, bis die Streifen fast durchsichtig sind (ca. 1–2 Stunden).

Orangenschalen-Streifen aus dem Sirup heben und auf einem Blech oder Gitter abtropfen und trocknen lassen (z.B. über Nacht).

Getrocknete Streifen in Zucker wälzen und etwas trocknen lassen. Schokolade über Wasserdampf schmelzen, die Streifen an den Spitzen in die Schokolade tunken.

### TIPP

#### Der Sirup

eignet sich wunderbar zum Süßen von Tee oder Kaffee, Desserts und Porridge oder als Topping von feinem Backwerk. Cocktails und Prosecco verleiht er einen edlen Touch.



## ANREGUNGEN

### Für die Verwendung von kandierter Orangenschale:

- Fein gehackt in Meringues, Kuchen- oder Plätzchenteigen, in Eis oder Pudding.
- In Salatdressings, als Suppentopping oder zu gebratenen Pilzen, Rosenkohl und grünen Bohnen.