

Apfel - Hafertaler

Zutaten für: 1 Rezept

150	Gramm	Saure Äpfel, mit Schale grob geraspelt
1/2		Zitrone, ausgepresst
60	Gramm	Gehackte Haselnüsse
2	Essl.	Sonnenblumenkerne
1	Essl.	Gehackte Pistazien
3	Essl.	Haferspeisekleie
80	Gramm	Sahne
100	Gramm	Honig
30	Gramm	Butter
1/4	Teel.	Zimt

Anleitung:

Vollkorn-Oblaten, 44 mm Durchmesser Äpfel mit Zitronensaft mischen. Honig, Sahne, Butter und Zimt fünf Min. unter Rühren einkochen. Apfelraspeln gut ausdrücken und zusammen mit Haselnüssen, Sonnenblumenkernen und Pistazien zum Honiggemisch geben, weitere drei Min. kochen. Topf vom Herd nehmen, Haferspeisekleie einrühren und etwas abkühlen lassen. Mit einem Löffel die Masse auf die Oblaten streichen, mit einer zweiten Oblate abdecken. Die Taler auf Pergamentpapier legen, mit Pergamentpapier abdecken, mit einem Frühstücksbrett beschwert erkalten lassen. Dekorieren je nach Geschmack. Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Quelle:

Erfasst *RK* 12.03.2004 von
Konrad Heizmann