



liaundliam.ch  
 facebook.com/liandliam  
 pinterest.com/liandliam  
 twitter.com/liandliam



## Mit Nüssen gefüllte Äpfel im Teigmantel Rezept - Ein herbstliches Dessert

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
15 Minuten	30 Minuten	Einfach	4 Äpfel

### Zutaten und Zubereitung

Für den Teig:

Menge	Bezeichnung
130 g	Weissmehl
80 ml	Wasser
40 ml	Olivenöl
1 Prise	Salz

Für den Teig:

Menge	Bezeichnung
4 Stück	Äpfel
50 g	Nüsse
2 EL	Honig

1. Das Salz im Wasser auflösen. Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit dem Wasser und Olivenöl vermischen.
2. Auf einer sauberen Oberfläche mit den Händen gut kneten (ungefähr 5-10 Minuten).
3. Den Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze) vorwärmen.
4. Die Nüsse mit einem Messer klein hacken (aber nicht zu klein) und mit dem Honig vermischen (Achtung: Ist eine klebrige Angelegenheit).
5. Die Kerne der Äpfel mit einem Apfelstecher entfernen und das resultierende Loch mit Nüssen füllen.
6. Den Teig vierteln und jedes Viertel ausrollen und je ein Stück über einen Apfel ziehen. Die oberen Ecken ineinander verdrehen. So, dass sie beim Backen nicht aufgehen.
7. Für 20-30 Minuten backen, bis der Teig leicht gebräunt ist.

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
402 kcal	17 g	61 g	6 g