

**Moin,**

auch dieses Jahr werden wir euch an dieser Stelle monatlich eine Anregung aufzeigen ...

**... dann lasst uns mal schauen, was heute auf den Tisch kommt ...**



Am Vortag angesetzt, morgens frisch gebacken, hmmm! ...

## Apfelbrot

### Zutaten:

- 750 g Äpfel
- 200 g Haselnüsse, ganz
- 125 g Sultaninen, eingeweicht
- 200 g Voll-Rohrzucker
- 1 TL Apfelkuchengewürz
- 500 g Vollkornmehl
- 2 Päckchen Backpulver



### Herstellung:

Arbeitszeit: ca. 15 Min.

Ruhezeit: ca. Min.

Koch-/Backzeit: ca. Min.

Gesamtzeit ca. 15 Min.

... dann ans Werk:



Zubereitung:

- Apfel mit Schale fein reiben.
- Zusammen mit Nüssen, Sultaninen, Zucker und Gewürz vermengen und über Nacht ziehen lassen.
- Mehl und Backpulver darunter mengen; sollte der Teig zu trocken sein, noch etwas Einweichwasser der Sultaninen oder Milch zugeben.
- Die Masse in eine vorbereitete große oder zwei kleine gut gefettete Kastenformen füllen.
- Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C Ober-/Unterhitze gut 60 Min. backen.
- Vor dem Anschneiden unbedingt gut auskühlen lassen!

Tipp:

- Bei Verwendung von Vollkornmehl evtl. Einweichwasser der Sultaninen zufügen.

Variationen:

- Kakao zufügen – zusätzlich.
- Weinbeeren, Ahornsirup und Walnüsse statt Sultaninen, Rohrzucker und Haselnüssen – meine bevorzugte Variante!
- Zwetschgen statt Äpfel, dann weniger Flüssigkeit nehmen und zusätzlich mit Zimt würzen.



**Guten Appetit!**



Herstellung:

Arbeitszeit: ca. 20 Min.

Ruhezeit: ca. 12 Std.

Koch-/Backzeit: ca. 60 Min.

Gesamtzeit ca. 13 Std. 20 Min.