

Gebackene Apfelringe „Steiermark“

Zutaten:

4-6 Äpfel (Rubinette)
200 g Milch
100 g Heidenmehl oder glattes Mehl
50 g geriebene und geröstete Walnüsse
50 g geriebene und geröstete Kürbiskerne
1 EL Kürbiskernöl
Salz
Abrieb von je ½ unbehandelten Orange und Zitrone
2 Eiweiß
30 g Kristallzucker
Sonnenblumenöl zum Ausbacken
Mehl zum Mehlieren
Zimtzucker zum Bestreuen



Zubereitung:

Für den Backteig Milch mit Mehl, Nüssen, Kürbiskernen, Kernöl und einer Prise Salz zu einer glatten Masse verrühren und mit den Aromaten würzen. Die Eiweiße mit Zucker aufschlagen und unterheben.

Äpfel schälen und mit einem Ausstecher das Kerngehäuse entfernen. In 1 cm dicke Ringe schneiden.

In einer beschichteten Pfanne das Sonnenblumenöl erhitzen.

Die Apfelringe einzeln mehlieren und durch den Backteig ziehen. Im Öl goldbraun auf beiden Seiten backen.

Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und mit Zimtzucker bestreuen

TIPP:

Mit Vanilleeis, Vanillesauce, Erdbeerragout oder Kürbiskernöleis servieren.

*Gutes Gelingen wünscht Ihnen
Ihr Steirerhof-Küchenchef
Johann Pabst*

