

Hallo Zusammen!

Hier ist Martina Eickhoff aus der Werkstatt Im Heidkamp und das hier ist der neueste wertkreis-podcast.

Der Herbst hat uns nun voll im Griff und man merkt doch immer mehr, dass es wieder Zeit für etwas Warmes ist. Ganz abgesehen von Pullover und Strickstrümpfen meine ich allerdings. Ich habe da eher an eine feine Leckerei gedacht!

Vielleicht kennt der Eine oder Andere noch das Gedicht:

Kommt her und ratet,
was im Ofen bratet,
wie's knallt und zischt.
Bald wird er aufgetischt,
der Zipfel, der Zapfel,
der gelbrote...

So, nun dürften auch die, die das Gedicht nicht kennen, ahnen, dass sich auf Zapfel Apfel reimt. Und es geht nicht um irgendeinen Apfel, sondern um den Bratapfel!

Man kann einfach einen Apfel nehmen, ihn waschen, abtrocknen und für 20 bis 25 Minuten bei 180°C Umluft in den Ofen schieben. Fertig ist ein einfacher Bratapfel. Wir haben ihn früher einfach so gegessen, aber auch mit etwas Vanillesoße ist er eine feine Sache.

Es geht aber auch noch aufregender.

Dafür brauchen wir außer einem etwas säuerlichem Apfel, wie z.B. Boskop, Braeburn oder Elstar, 3 Teelöffel gestiftete oder gemahlene Mandeln, 3 Teelöffel gehackte oder gemahlene Haselnüsse, 1 Klecks Butter oder Margarine und etwas Honig oder Ahornsirup.

Nun muss man den Apfel gründlich waschen und das Kerngehäuse ausstechen. Das geht am Besten mit einem speziellen Ausstecher, alles andere ist aufwändig. Die Zutaten werden bis auf die Butter miteinander vermengt und in den ausgestochenen Apfel gefüllt. Der Butterklecks kommt oben auf die Füllung. Den Apfel setzt man nun in eine kleine, gefettete Auflaufform, schließt den Deckel und brät ihn bei ca 180°C Umluft für etwa 20 bis 25 Minuten. Macht man mehrere Bratäpfel, erweitert man die Zutaten natürlich entsprechend und setzt die Äpfel nebeneinander in die Auflaufform. Das Ganze ist recht unkompliziert und in wenigen Minuten vorbereitet.

Die Füllung kann man natürlich nach Belieben variieren: Man kann einen Teil Nüsse durch Rosinen ersetzen oder statt des Honigs kann man Marzipan nehmen. Und wer schon Weihnachtsleckereien hat, kann auch Spekulatius, Dominosteine oder Plätzchen zerkrümeln – da reichen 1-2 pro Apfel – diese mit etwas Honig oder Sirup vermengen und diese Mischung dann in den Apfel füllen.

Nun fehlt noch die Vanillesoße. Die kann man fertig kaufen, aber auch recht einfach selber machen. Dafür nimmt man 300ml Milch, 20g Zucker, 1 Prise Salz, 1 Eigelb, 1 Teelöffel Vanille-Extrakt oder das Mark von einer halben Vanilleschote und etwa 2 Teelöffel Speisestärke. Statt der Vanille kann man auch Vanillezucker nehmen. Dann guckt man auf der Packung nach, wie viel Gramm diese enthält und zieht die Menge von den 20g Zucker ab.

200ml Milch werden in einen Topf gegeben, die restliche Milch rührt man mit den anderen Zutaten in einer kleinen Schüssel glatt, so dass möglichst keine Klümpchen mehr darin herumschwimmen. Die Milch im Topf muss nun aufkochen, dann wird die Milchemischung hinzugegeben und sofort gut umgerührt. Dabei stellt man den Herd auf kleine Flamme und lässt die Mischung unter ständigem Rühren köcheln, bis sie dicker wird. Dann kann das auch schon vom Herd und etwas auskühlen. Um zu verhindern, dass die Soße eine Haut bekommt, deckt man sie mit Frischhaltefolie ab oder rührt sie weiterhin um.

Nun dürften auch die Bratäpfel langsam so weit sein und es kann angerichtet werden. Der Bratapfel kommt auf einen tiefen Teller oder in eine Schale, Vanillesoße drüber und fertig ist der Genuss!

Das wärmt so richtig schön von innen! Was besonders gut tut, wenn man vorher draußen an der frischen Luft war!

Ich verabschiede mich für heute mit den besten Grüßen aus dem wertkreis und hoffe, dass wir uns bald wiederhören!

Mein Name ist Martina Eickhoff, das war unser wertkreis-Podcast, die Redaktion hat Steffen Gerz.