

# Apfelmus

Das fruchtige Apfelmus Rezept ist ein Klassiker - selbstgemacht aus frischen Äpfeln und nur wenig Zucker. Apfelmus selbst kochen.

47 Portionen



gelingt leicht

bis 20 Minuten



## Zutaten:

Für etwa 5 Gläser je 200 ml:

### Zutaten:

5 Gläser je 200 ml  
1000 g Äpfel, z. B. Boskop oder Elstar  
1 Dr. Oetker Bourbon Vanilleschote  
5 EL Wasser  
etwa 50 g Zucker  
3 EL Zitronensaft

## Wie koche ich Apfelmus ganz einfach selbst?:

### ① Apfelmus kochen:

Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden. Vanilleschote längs aufschneiden, das Mark herauskratzen. Die Apfelstücke mit Wasser, Vanilleschote und -mark in einem Topf zum Kochen bringen und bei schwacher Hitze etwa 10 Min. mit Deckel kochen. Vanilleschote entfernen. Das Apfelmus nach Belieben pürieren und mit Zucker und Zitronensaft abschmecken. Apfelmus bis zum Servieren kalt stellen.

## Abwandlung für eine Apfelmus-Quark-Schichtspeise:

Die halbe Menge Apfelmus wie oben angegeben zubereiten und erkalten lassen. 50 g Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett bei schwacher Hitze goldbraun rösten und erkalten lassen. 500 g Speisequark (20% Fett i. Tr.) mit 2-3 EL Zucker und 1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker verrühren. Nacheinander jeweils die Hälfte Quark, Apfelmus und Sonnenblumenkerne in eine Glasschüssel schichten, dann restlichen Quark, Apfelmus und Sonnenblumenkerne daraufschieben. Das Dessert etwa 30 Min. kalt stellen.



## Versuchsküche

### Rezepte und Tipps

#### Tipps aus der Versuchsküche

- Apfelmus als Dessert pur oder mit steif geschlagener Sahne oder zu Kartoffelpuffern, Kastenpickert oder Pfannkuchen servieren.
- Zusätzlich 1 Stück Zimtstange mitkochen.
- Auch ungeschälte Äpfel können verwendet werden. Die Äpfel dann waschen, Stiele und Blütenansätze entfernen, die Äpfel in Stücke schneiden und wie oben angegeben kochen. Die Masse dann durch ein Sieb streichen.
- Apfelmus in Gläsern mit Schraubdeckeln (Twist-off) abgefüllt, lässt sich im Kühlschrank etwa 3 Monate lagern.

