



Altenländer Apfelaufbau

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Schon fast vergessen, althergebracht, luftig, fruchtig, immer wieder lecker

Zutaten

- 3 mittelgroße Äpfel aus dem Alten Land
- (Granny Smith, Elstar, Cox Orange oder Gloster)
- 150 g Mehl, gesiebt
- 50 g Bio Quark
- 50 g Zucker
- 150 g Milch
- 3 Eigelbe
- 3 Eiweiß
- Etwas Zimt
- 2 El Zitronensaft, etwas Abrieb
- 1 Prise Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Die Äpfel schälen, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Mit dem Zitronensaft und Abrieb, sowie etwas gemahlenen Zimt

Schritt3

10 min. marinieren.

Schritt4

Die Auflaufmasse:

Schritt5

Das Mehl mit den Eigelben, 1 Prise Salz und der Milch zunächst "Klumpchenfrei" verrühren.

Schritt6

Den Quark dazu geben, verrühren und das Eiweiß mit dem Zucker recht steif schlagen. In 2 Schritten, vorsichtig unter die Auflaufmasse heben.

Schritt7

Eine ausreichend große Auflaufform mit flüssiger Butter ausstreichen und mit Zucker austreuen, die Masse verteilen, glatt streichen. Nunmehr die marinierten Apfelspalten gleichmäßig verteilen und bei 180° C, 15 min., in der mittleren Schiene des vorgeheizten Backofens backen.

Schritt8

Vor dem Servieren mit Staubzucker bestreuen.

Rezeptart: Niedersächsisch **Tags:** althergebracht, äpfel, auflauf, einfach, lecker

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/altenlaender-apfelaufauf/>