



Bratapfel-Dessert im Glas

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Mandeln, gehobelt	4 EL
Äpfel, rot	600 g
Brauner Zucker	50 g
brauner Rum	30 ml
Rosinen	30 g
Zimt	
Vanillinzucker	3 TL
Joghurt, natur	150 g
Quark 40 % Fett i.Tr.	150 g
Minze, frisch	5 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleine Pfanne, Monsieur Cuisine

1. Eine Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Mandelblättchen darin. ca. 3 Min. goldbraun rösten.
2. Äpfel schälen, vierteln und Kerngehäuse entfernen. In den Mixbehälter Äpfel geben und 4 Sek./Stufe 6 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben. 20 g Rohrzucker, Rum, Rosinen, 1 Prise Zimt und 1 TL Vanillinzucker hinzugeben und 10 Min./100 °C/Stufe 1 garen. Anschließend in eine Schüssel umfüllen.
3. Im gesäuberten Mixbehälter Joghurt, Quark, 30 g Rohrzucker und 2 TL Vanillinzucker 30 Sek./Stufe 3 verrühren. Inzwischen Minze waschen, trocken schütteln und Spitzen abzupfen.
4. In 4 Gläser abwechselnd Quark-Joghurt-Masse und Bratapfelkompott geben. Bratapfel-Dessert im Glas mit Mandelblättchen und Minze garnieren und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	280 kcal
Kohlenhydrate	50 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	5 g