



Bratapfel-Winterzauber-Dessert

Zeit gesamt
20min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Äpfel, rot	2 St.
Zucker	4 EL
Zimt	
Wasser	50 ml
Rosinen	30 g
Sojaghurt	100 g
Veganer Frischaufstrich, Natur	100 g
Vanillinzucker	2 EL
Spekulatius	100 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf

1. Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. In einem Topf 2 EL Zucker auf mittlerer Stufe ca. 2 Min. schmelzen lassen. Äpfel und Zimt zugeben und mit Zucker vermengen. Mit 50 ml Wasser ablöschen und ca. 3 Min. einkochen lassen. Anschließend Rosinen unter das Kompott heben.
2. In einer Schüssel Sojaghurt, Veganen Streichgenuss Natur, Vanillinzucker und 2 EL Zucker glatt rühren.
3. Spekulatius grob zerkleinern. Apfelkompott auf Gläser verteilen und jeweils 1 EL Sojaghurtmasse daraufgeben. Spekulatius zugeben. Abschließend 1 EL Sojajoghurtcreme in die Gläser geben und mit Zimt bestreuen.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	304 kcal
Kohlenhydrate	51 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	11 g