



Veganes Bratapfel-Dessert mit Spekulatius-Topping im Glas



Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
👉 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zitronen	0.5 St.
Sojaghurt	250 g
Veganer Brotaufstrich classic	150 g
Puderzucker	4 EL
Äpfel, rot	2 St.
Margarine, vegan	1 EL
Zimt	1 TL
Wasser	50 ml
Spekulatius	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, Schneebesen, Dessertgläser

1. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Sojaghurt, veganen Brotaufstrich, Zitronensaft und 3 EL Puderzucker in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen glatt rühren. Für min. 20 Min. im Kühlschrank kühl stellen.
2. Äpfel schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in 1–2 cm große Würfel schneiden.
3. Margarine bei mittlerer Hitze in einer Pfanne schmelzen, die Apfelwürfel hinzugeben und für ca. 5 Min. anbraten. Übrigen Puderzucker, Zimt und Wasser hinzugeben und Apfelstücke bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis das Wasser verdunstet ist.
4. Spekulatiuskekse mit den Händen zerbröseln. Gläser zunächst mit der Creme füllen, darauf Apfelstückchen gleichmäßig verteilen und mit Spekulatiusbröseln toppen.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Um das Dessert noch etwas zu verfeinern, können zum Beispiel Rosinen oder Walnüsse zu den Äpfeln gegeben werden.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	312 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	10 g