

Gebackene Apfelringe im Buttermilch-Teigmantel

Zutaten | 3 Portionen

Für den Teig;

250 g	Weizenmehl
2 TL	Backpulver
200 ml	Buttermilch
2	Eier
1 TL	Vanillezucker
1 Prise	Salz

Außerdem:

3	Äpfel (z. B. Braeburn oder Boskop)
je 1 EL	Zimt + Zucker (je nach Geschmack vielleicht mehr oder weniger)
3 EL	Butter zum Ausbacken

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitung:

- Mehl, Backpulver, Vanillezucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Milch und Eier hinzufügen und alles zu einem glatten Teig verrühren.
- Das Kerngehäuse der Äpfel ausstechen und die Äpfel in Ringe schneiden.
Alternativ: Die Äpfel zuerst in Ringe schneiden und das Kerngehäuse mit einem Messer ausschneiden.
- Butter in einer Pfanne erhitzen. Apfelscheiben durch den Teig ziehen und in der Pfanne bei mittlerer Hitze ausbacken, bis sie eine schöne goldbraune Farbe haben. Dabei mehrmals wenden.
- Die heißen Apfelringe auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Zimt-Zucker wälzen.
- Apfelringe heiß servieren.

Tipp:

Zu den Apfelringen schmeckt Vanillesauce, Vanilleeis oder Schlagsahne.

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
166 kcal	5,6 g	24,3 g	4,5 g	38,1 mg