Apfel-Crumble

im Glas

60 min Zubereitungszeit

60 min Kochzeit

854 kcal pro Portion

Mittel

Sterneküche C. Rüffer

Zutaten

2 Portionen

- 60 g Mehl
- 105 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 40 g Butter
- 50 g Quark
- 100 ml Sahne
- 1 Ei
- 1 El Honig
- 1 Bio Zitrone
- 500 g Boskop Äpfel
- 1 Stk Zimtstange
- 1 Nelke
- 100 ml Apfelsaft
- 15 g Sultaninen
- 8 Himbeeren
- 1 Tl Puderzucker
- etwas Salz

Zubereitung

1. Für die Butterstreusel zunächst das Mehl zusammen mit 35 gr. Zucker, der Hälfte vom Vanillezucker und einer Prise Salz in einer Schüssel mischen. Die Butter in Würfel schneiden und zugeben. Alles gut miteinander verkneten und mit Folie abgedeckt für eine Stunde kühl stellen.
2. Danach den Teig mit den Fingern zerreiben und diese Streusel auf einem Backblech mit Backpapier für ca. 15 Minuten im 180 °C heißen Umluftofen hellbraun backen. Für den Quarkschaum den Quark zusammen mit dem Honig, restlichen Vanillezucker und etwas Abrieb und Saft von einer halben Bio Zitrone verrühren.
3. Die Sahne steif schlagen und locker unter den Quark rühren. Das Ei trennen und das Eiweiß mit 35 gr. Zucker steif schlagen. Den Eischnee locker unter die Quarkmasse heben.
4. Ein Kuchengitter über eine Schüssel stellen und ein Küchentuch darauf ausbreiten. Die Quarkmasse auf das Küchentuch geben und für 1 Stunde zum Abtropfen in den Kühlschrank stellen.
5. Für das Apfelkompott die Boskop Äpfel schälen, vierteln und entkernen. Die Äpfel in Stücke schneiden und zusammen mit 35 gr. Zucker, der Zimtstange, Nelke und dem Apfelsaft in einem Topf geben. Bei mäßiger Hitze die Äpfel zu einem Kompott kochen, danach Zimtstange und Nelke entfernen und die Sultaninen unterrühren. Das Apfelkompott auskühlen lassen.
6. Das erkaltete Apfelkompott zu 1/3 in Gläser füllen. Mit einem Spritzbeutel den Quarkschaum auf das Apfelkompott geben und anschließend mit den Butterstreuseln bedecken.
7. Mit Himbeeren den Apfel-Crumble garnieren und mit etwas Puderzucker bestäuben.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	657kJ /157kcal	3.566kJ /854kcal
Fett	5g	30g
davon gesättigte Fettsäuren	3g	17g
Kohlenhydrate	24g	130g
davon Zucker	19g	105g
Eiweiß	2g	11g
Salz	0g	3g