



Rheinland-Pfalz
ISST BESSER



Rheinland-Pfalz
MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN

APFELMUS

Zutaten:

- 3 kg Äpfel
- 2 Zimtstangen
- Ggf. ein paar EL Zucker
- Saft und Abrieb einer Zitrone
- Wasser

So wird es gemacht:

1. Äpfel waschen, schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden.
2. Mit etwas Wasser, der Zitrone und den Zimtstangen in einen großen Topf geben, sodass sie zu 1/3 bedeckt sind. Wenn gewollt, Zucker nach Belieben zugeben.
3. Die Äpfel nun auf kleiner Stufe kochen bis sie weich sind.
4. Sind die Äpfel weich, zunächst die Zimtstangen entnehmen.
5. Das Apfelmus kann nun püriert oder direkt serviert werden. Ggf. noch etwas Zucker zufügen.

Tipp:

Ein gutes Apfelkompott beginnt mit der Auswahl der Äpfel. Eine Mischung aus eher säurehaltigen Sorten wie Boskop und leicht süßen Äpfeln hat sich in der Praxis bewährt

Es kann auch gemahlener Zimt, eine Vanillestange oder 2 Päckchen Vanillezucker verwendet werden.

Wenn sich das Apfelmus halten soll, mehr Zucker verwenden. Dann in ausgekochte Gläser füllen und für 10 Minuten auf den Kopf stellen. Anschließend