Süßes / Herbst / Glutenfrei / Kinder / Vegan /

Ofen-Äpfel mit Zimt

Ich liebe ja alles was aus dem Ofen kommt – Gemüsesorten aller Art und auch Fisch werden bei mir am allerliebsten im Ofen zubereitet. Aber auch Obst bekommt nochmal einen ganz anderen Geschmack sobald es ihm Ofen gebacken wird. Ich habe das Gefühl, dass alles an Geschmack, Aromen und Süße nochmal doppelt intensiviert wird, wenn Gemüse und Obst im Ofen gebacken werden. Ich verwende deshalb immer besonders aromatische Zutaten. Für dieses Rezept durfte ich den JAZZ Apfel testen, der eine Kreuzung aus den Apfelsorten Royal Gala und Braeburn ist.

Der Jazz Apfel ist von sich aus schon knackig, süß und saftig. Aber eine Runde im Ofen mit Ahornsirup und Zimt und sie werden zu dem perfekten Topping für eigentlich fast alles. Der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt. Auf Crêpes, zu Kokosjoghurt, Granola oder Vanilleeis. Die Äpfel bereiten sich quasi von selbst im Ofen zu und bekommen eine richtige Marinade aus Zimt und Ahornsirup. Mein Favorit bisher: Frisch aus dem Ofen und ganz heiß zu Vanilleeis und mit Kokosjoghurt und Granola am nächsten Morgen zum Frühstück. SO LECKER!

Zutaten für 3 Portionen

- 4 - Äpfel
- 3 EL - Ahornsirup
- 0.5 - Zitrone
- 1 EL - Maisstärke
- 2 TL - Zimt
- - Kokosmilchjoghurt
- - Granola

Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.
2. Die Äpfel schälen und entkernen. Anschließend in Würfel schneiden.
3. In einer Schüssel Ahornsirup, Maisstärke und Zimt miteinander vermengen und die gewürfelten Äpfel dazugeben. Die Äpfel mit der Zimtmischung gleichmäßig marinieren und anschließend in eine Auflaufform geben.
4. Im Backofen für ca. 30 Minuten backen.
5. Mit Kokosjoghurt, Granola, Vanilleeis, … servieren.
6. Die „Reste“ können wunderbar in einem luftdichten Gefäß im Kühlschrank aufbewahrt. Hält sich ca. 2-4 Tage.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia