

Gebackene Apfelringe mit Speck

Sonstige Gerichte

Zutaten (2 Personen)

- » 2 Ei(er)
- » 1 Pk. Vanillinzucker
- » 1 Prise Salz
- » 1 Pk. Vanillesaucenpulver
- » 100g Mehl
- » 1 gestr.TL Backpulver
- » 125ml Milch
- » 2-3EL Mineralwasser
- » 2 Boskop Apfel/Äpfel
- » 1EL Zitronensaft
- » 50g Kokosraspel
- » 1EL Öl
- » 2 Scheiben Ananas
- » 125ml Chilisoße
- » 4 Scheiben Frühstücksspeck
- » Feldsalat
- » Zitronenmelisse
- » Chilischote(n)

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Für den Teig Eier, Vanillinzucker und Salz cremig rühren. Soßenpulver, 75g Mehl und Backpulver mischen und unterrühren. Milch und Mineralwasser einrühren. Den Teig ca. 10min ausquellen lassen.

2. Apfelkerngehäuse ausstechen. Äpfel in je 4-5 Scheiben schneiden und Mit Zitronensaft beträufeln. Die Apfelscheiben im restlichen Mehl wenden.

3. Kokosraspel unter den Teig heben. Apfelringe nacheinander in den Teig geben und im heißen Öl portionsweise 4-5min frittieren, dabei einmal wenden. Anschließend abtropfen lassen.

4. Ananas in Stücke schneiden und unter die Tomaten-Chilisoße mengen. Speck in einer Pfanne ohne Fett knusprig auslassen. Die Apfelringe und den Speck nach Belieben mit Feldsalat und Zitronenmelisse anrichten. Soße nach Belieben mit Chilischote garniert extra dazu servieren.

Nährwerte: 930kcal/E21g/F53g/KH91g pro Portion

angelegt am: 15.10.2002

Rezept-Nr: 204

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke