

Weihnachten Backen Rezepte

Apfeldatschi vom Blech

Gattung: Apfel, Backen, Obst, Gebäck, Weihnachten

100 g	Maismehl	160 ml	lauwarmes Wasser
100 g	Maisstärke	500 g	Äpfel
30 g	Fruchtzucker	1 Essl.	Zitronensaft
1/2	Pk. Hefe	30 g	Fruchtzucker
1 Teel.	Weinstein-Backpulver		etwas Öl.
5	Messlöffel Biobin		
	-Bindemittel		
1	Prise Salz		

Maisstärke und Maismehl, Fruchtzucker, Hefe, Backpulver, Biobin und Salz in eine Rührschüssel geben. Wasser dazugeben und gut durchkneten. Das Öl dazugeben und weiterkneten, bis sich ein glatter Teig gebildet hat. Teig an einem warmen Ort 30 Min. gehen lassen. Äpfel schälen und in Scheiben schneiden. Teig auf einem Blech ausrollen, mit den Äpfeln belegen und Zucker darüber verteilen.

Den Kuchen 30 Min. bei 220°C backen. Glutenfrei!!!!

:Nährwerte pro Stück:

:Kilokalorien: 103

:Kilojoule: 435

:Eiweiß/g: 1,1

:Kohlenhydrate/g: 23,4

:Fett/g: 0,5