



APFELBROT NACH „LANDFRAUEN-ART“

Der Herbst ist natürlich DIE Zeit des Apfels – es gibt ihn in Grün, Gelb und Rot, in säuerlich, süß-säuerlich, nur süß, ..., knackig, mehlig, ..., einfach in „Hülle und Fülle“! Schließlich kann man ja auch sooo viel aus dem Apfel zaubern, egal ob frisch, verbucken, verkocht oder getrocknet – immer ein Genuss! Bei uns daheim kam – gerade in der Adventszeit – immer ein Apfelbrot auf den Tisch – aus dem „Landfrauen-Kochbuch“ © So lecker!!! Ich habe es etwas „weniger landfräulich“ gestaltet – und es ist immer noch sooo lecker...

Zutaten für eine große oder 2 kleine Kastenformen:

- 500 g Dinkelvollkornmehl
- 250 g Rosinen, über Nacht in Apfelsaft getränkt (die Landfrauen nahmen dafür Rum ☺)
- 250 g Haselnüsse, grob gehackt
- 5 große Äpfel, grob gerieben (es sollte etwa 750 g Apfelrieb entstehen)
- 100 g Honig (alternativ 100 g Vollrohrzucker)
- 1 Pck. „winterliches Bratapfelgewürz“ (alternativ: „Lebkuchengewürz“, oder Zimt, Nelken, Muskatnuss, Vanille, Piment)
- 1 Pck. Weinsteinbackpulver
- 1 gute Prise Salz
- Etwas Butter und Paniermehl für die Form

Zubereitung:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft oder 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die eingeweichten Rosinen abtropfen lassen, dann alle Zutaten in einer (wirklich) GROSSEN Schüssel vermischen – so richtig mit den Händen verkneten, dass eine feste Masse entsteht. In die gut gefettete und mit Paniermehl ausgestreute Kastenform füllen und ca. 1 Stunde im Ofen backen – eventuell die Temperatur etwas runter schalten, das Brot sollte nicht zu dunkel backen.

Etwas Auskühlen lassen und am besten noch warm mit Butter und einer Prise Salz genießen ☺