



Apfel-Tiramisu

Zutaten (für 8 Personen):

1 kg	säuerliche Äpfel	3	Eigelb
1	Zitrone	300 g	Mascarpone
200 g	Zucker	1 El	Vanillinzucker
50 g	Mandelblättchen	200 g	Löffelbiskuit
2 El	Calvados oder Apfelbrand	3 El	Kakaopulver

Zubereitung:

Aus den geschälten und in Stücke geschnittenen Äpfeln, dem Saft der Zitrone und 80 g Zucker ein Apfelmus kochen. Kalt stellen.

3 El Zucker zusammen mit 1 El Wasser in der Pfanne erhitzen und karamellisieren lassen. Die Mandelblättchen zufügen und vermischen bis alles mit goldenem Karamell überzogen ist.

Auf einer Marmorplatte o.ä. erkalten lassen. Dann mit dem Nudelholz mehrmals darüber fahren bis der Karamell zerkleinert ist.

Für die Mascarponecreme die Eigelbe mit 3 El Zucker und dem Vanillinzucker solange schlagen, bis der Zucker vollständig aufgelöst ist und eine helle, dicke Creme entstanden ist.

Die Löffelbiskuits in eine flache Dessertschüssel legen und mit dem Calvados beträufeln. Das Apfelmus darauf verteilen und mit den karamellisierten Mandelblättchen bestreuen. Die letzte Schicht bildet die Mascarponecreme.

Bis zum Verzehr in den Kühlschrank stellen. Kurz vor dem Servieren dick mit Kakao überpulvern.

TIPP!!!

Mascarpone macht diesen leckeren Nachtisch so gehaltvoll. Wer weniger Zucker verwendet und die Hälfte des Mascarpone durch Magerquark ersetzt, spart Kalorien, Fett und Cholesterin. Eine Portion liefert dann nur noch 340 kcal.

Rezeptvorschlag von Wilma Hufenstuhl 

Nährwerte
pro Portion:

kcal	457	BE	5
EW	9 g	Bst	5 g
F	18 g	Chol	109 mg
KH	63 g	Hsr	26 mg

