

Apfelballen



Zutaten (12 Stück):

Teig:

- 250 g Quark
- 120 g Rapsöl
- 2 TL Backpulver
- 130 g Zucker
- 300 g Mehl
- 200 g Äpfel (geschält in kleinen Stücken)
- 1 Prise Salz

Zum Bestreuen:

- 3 EL Zucker
- 1/2 TL Zimt

Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad Celsius Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Quark mit Zucker, Vanillezucker, Salz und Rapsöl verrühren. Mehl mit Backpulver mischen, zur Quarkmasse geben und zu einem geschmeidigen, nicht klebrigen Teig verrühren. Dann die Apfelstückchen zufügen und unter den Teig kneten.

Aus diesem 12 gleichmäßig große Kugeln formen und diese mit genügend Abstand auf das vorbereitete Backblech setzen.

Die Apfelballen für 30 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben, nach der Backzeit direkt mit dem Zimt-Zuckergemisch bestreuen und anschließend auf einem Gitterrost auskühlen lassen.

Nährwertangaben: 273 kcal p.P , 37 g KH p.P.