



## Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> [xenia@bluepingu.de](mailto:xenia@bluepingu.de)

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

### Apfelmus

Schon meine Oma hat Apfelmus eingekocht. Und im Winter gab es dann das lecker süß-säuerliche Muss bei und zu Hause vor allem zu Kartoffelpuffern. Das war und ist eine meiner Lieblingspeisen. Ich esse Apfelmus auch gerne pur als Nascherei, in Joghurt gerührt oder zu klassischem Porridge (Haferbrei). Meine Männer mögen es zu Milchreis. Fazit: man kann gar nicht genug Apfelbrei vorrätig haben!



Ich koche Apfelmus oft mit dem Fallobst aus dem Garten. Die Bäume werfen Äpfel ab, die Würmer oder einen Schaden haben. Oft ist das Fallobst noch leicht unreif und saurer als die vollreifen Früchte. Aber wir mögen unser Apfelmus säuerlich. Das ausschneiden der Äpfel kostet etwas mehr Mühe, weil die schadhafte Stellen sehr sorgfältig entfernt werden müssen. Aber bekanntermaßen schmeiße ich ja Essen so ungern weg und kann einfach auch das Fallobst nicht umkommen lassen.

Wer noch andere Obstbäume oder Sträucher hat, kann Misch-Breie einkochen. Beliebt und lecker sind Apfel-Aprikose, Apfel-Holunderbeere oder Apfel-Brombeere. Aber seid ruhig experimentierfreudig: Apfel-Melone ist lecker und ich mag sehr gerne Apfel-Quitte! Ideal ist ein Mischverhältnis von 50% Apfel zu 50% andere Früchte. Das Rezept zum einkochen ist dasselbe.

#### Zutaten für 5-6 Gläser

2 kg Äpfel

2 EL Zucker (oder mehr nach Geschmack)

Etwas Zitrone, wenn gewünscht

¼ Liter Flüssigkeit (Wasser oder Apfelsaft)

1. Äpfel schälen und entkernen. In Stücke schneiden.
2. Mit Flüssigkeit und Zucker aufsetzen. Zitronensaft soll das oxidieren der Äpfel verhindern. Der Apfelbrei bleibt hell und wird nicht braun. Bitte aber zurückhaltend! Zitrone überdeckt schnell den schönen Apfelgeschmack.
3. Aufkochen und dann bei geringer Hitze und geschlossenem Topfdeckel zu Brei kochen. Gut aufpassen, dass der Brei nicht anbrennt! Äpfel sind sehr weich und zerfallen schnell. Das Mus brennt dann schnell an. Also rühren!
4. Ich mag das Mus gerne stückig, wer es fein mag sollte es jetzt pürieren. Heiss in Schraubdeckel-Gläser abfüllen.

