

Apfel-Zimt-Crumble

Zutaten (für 2-3 Portionen)

Für die Füllung:

- 2 Äpfel (z. B. Elstar oder Boskoop)
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zimt
- 1 EL Erythrit oder Ahornsirup

Für das Crumble-Topping:

- 40 g gemahlene Mandeln
- 50 g glutenfreie Haferflocken (Feinblatt)
- 35 g Kokosöl (bei Bedarf leicht erwärmen)
- 1 EL Ahornsirup
- 2 EL Wasser
- 1 Prise Zimt & Salz
- Mandelsplitter/Mandelblättchen zum Bestreuen

Zubereitung

1. Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.
2. Äpfel schälen (optional), entkernen, klein würfeln und mit Zitronensaft, Zimt und Süße nach Wahl mischen.
3. Eine kleine Auflaufform mit Backpapier auslegen und die Apfelmischung hineingeben.
4. Für das Topping alle Zutaten zu Streuseln verkneten.
5. Das Topping über die Äpfel geben und mit Mandelsplitter oder Mandelblättchen bestreuen.
6. Im Ofen ca. 25 Minuten goldbraun backen.
7. Mit Vanille-Skyr oder Kokosjoghurt servieren.

