

Apfelnocken:

250g Magerquark
2 EL Semmelbrösel
2 EL Hartweizengriess
2 EL Mehl
1 Ei
1 EL Öl
2 Äpfel in Würfel
1 EL Rosinen
Zimt, Zucker zum Bestreuen

Sauce:

1/8l Weißwein
1 Vanilleschote
1 kleine Zimtstange
2 Sternanis
100g Zucker
800g Pflaumen
nach Belieben 1-2 EL brauner Rum
250g Himbeeren

Zubereitung:

Das Ei trennen, das Eigelb mit den übrigen Zutaten vermengen. Eiweiß geschlagen unterziehen. Mit einem Esslöffel große Nocken abstechen und garen. Zimt und Zucker mischen und über die fertige Nocken streuen.

Zubereitung Sauce: Weißwein mit der aufgeschlitzten Vanilleschote und den herausgekratzten Samen, der Zimtstange, dem Sternanis und dem Zucker in einem Topf geben und knapp zur Hälfte einkochen lassen. Inzwischen die Pflaumen halbieren. In eine Schüssel geben. Den Weißweinsud mit den Gewürzenzutaten darüber träufeln. Die Pflaumen garen. Sie sollen nicht verkocht sein. Mit Rum parfümieren und auskühlen lassen. Die verlesenen Himbeeren kurz vor dem Servieren untermischen.

Geräteeinstellungen:

Dampfgarer: 100°C, 6 Minuten (Apfelnocken)

Dampfgarer: 100°C, 6 Minuten (Pflaumen)

Wir wünschen Ihnen ein Gutes Gelingen

Ihre

Küchenwerksatt- Graf