

Apfelküchle



Dauer: 40 Minuten **Stück: 30**



Lies bitte das komplette Rezept durch, bevor du beginnst!

Zutaten:

6 Äpfel

120 g Haferflocken

240 g Wasser

200 g (Soja-) Joghurt

90 g Dinkelmehl

3 EL Olivenöl

3 EL Zitronensaft

2,5 EL Agavendicksaft

Gewürze

Eine Prise Zimt (optional)



Zubereitung:

1. Die Äpfel waschen, schälen, entkernen und in sehr kleine Stücke schneiden.
2. Haferflocken und Wasser in eine Schüssel geben.
3. Joghurt, Mehl, Olivenöl, Agavendicksaft und Zimt dazu geben und vermengen.
4. Nun die Zitrone pressen und 3 EL des Saftes dazugeben. Der Teig sollte relativ flüssig sein, aber dennoch Konsistenz haben, dann ist er perfekt!
5. Jetzt werden die Apfelstücke unter den Teig gehoben.
6. Einen halben EL Öl in die Pfanne geben und pro Küchlein eine knappe Kelle Teig reingeben und flach drücken. Apfelküchlein von beiden Seiten goldbraun braten.

