

## Heimische Leckereien zubereiten

### Joghurt-Dessert mit Äpfeln und Nüssen

#### Apfelmasse herstellen aus:

4-5 Äpfel  
500 ml Apfelsaft  
1 Zimtstange  
etwas Zitronensaft  
1 Pck. Vanillepuddingpulver

Die Äpfel schälen, vierteln und in Scheiben schneiden. Dann 400 ml Apfelsaft, Zimtstange, Zitronensaft und Apfelscheiben kochen, bis die Äpfel weich sind. Den übrigen Apfelsaft mit dem Puddingpulver anrühren und unter die kochende Masse rühren (wie Pudding). Die Apfelmasse kurz aufkochen, in Nachspeisen-gläser füllen und abkühlen lassen.



#### Für die Joghurt-Creme:

550 g sternensfair Naturjoghurt  
3 Pck. Vanillezucker (nach Belieben)  
1-2 Msp. Zimt gemahlen

Der Naturjoghurt wird mit Vanillezucker und Zimt verrührt und auf die erkaltete Apfelmasse geschichtet – fertig!

#### Variation:

Versüßen Sie das Dessert mit karamellisierten Walnüssen. Dazu etwa 100 g Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne mit einem Stückchen Butter goldbraun angeröstet. Dann zwei Esslöffel Imkerhonig darüber geben und kurz erhitzen.

*Gutes Gelingen und einen guten Appetit wünscht Ihnen*

Regina Hangl unsere liebe Kollegin  
und das sternensfair Team