

Zutaten für 5 Portionen:

- 400 g säuerliche Äpfel (Boskop, Braeburn)
Äpfel mit Charakter eben...
- 200 ml Wasser
Zitronensaft, nach Geschmack
- 1 St. Zimtstange
- 10 St. Gewürznelken im Teeei
- 80 g Kristallzucker, eventuell mit [Stevia](#)
zum Teil ersetzen

Herstellung:

1. Äpfel schälen, vierteln und das Kerngehäuse heraus-schneiden.
2. Äpfelspalten mit Wasser, frisch gepresstem Zitronensaft, Zucker und den Gewürzen in einen Topf geben.
3. Deckel auf geben und zum Kochen bringen.
4. Deckel vom Topf nehmen und auf niedrigste Temperatur ca.5 Minuten (bis die Äpfel weich sind) köcheln lassen.
5. Gewürze entnehmen, die Flüssigkeit abseihen und die Äp-fel zu Mus mit einem Stabmixer pürieren.
6. Eventuell mit dem Apfelsaft noch verdünnen.

