



Kochen

Caroline Autenrieth

Dienstag, 02.09.2025

Gebackene Apfelringe mit Vanillesoße

Zutaten

Für die Apfelringe

120 g Mehl
0,5 TL Backpulver
1 Ei (Größe M)
100 ml Milch, ca.
etwas Salz
etwas Zimt
20 g Zucker, ca.
2 Äpfel, säuerlich, mittelgroß
2 EL Zitronensaft
500 ml Öl zum Frittieren, ca.; geschmacksneutral und hoch erhitzbar

Für die Vanillesoße

150 ml Milch, ca.
1 EL Speisestärke
200 g Sahne oder Milch, ca.
1 TL Vanillemark
30 g Zucker, ca.
1 Prise Salz

Zubereitung

1. **Für den Teig** 100 g Mehl und Backpulver in eine Rührschüssel sieben. Ei trennen. Eiweiß steif schlagen, kühl stellen. Eigelb, Milch, 1 Prise Salz, etwas Zimt und Zucker zum Mehl geben und alles zu einem glatten Teig verrühren. Ca. 10 Minuten quellen lassen.
2. **Für die Vanillesoße** etwas Milch mit der Speisestärke verrühren. Übrige Milch, Sahne, Vanillemark, Zucker und Salz aufkochen. Angerührte Stärke unterrühren, aufkochen. Temperatur herunterschalten und unter Rühren sämig einköcheln, abdecken und bis zum Servieren beiseitestellen. Ist die Soße zu cremig und fest, einfach noch Milch oder Sahne unterrühren. Ist sie zu flüssig, noch etwas Stärke anrühren und unterrühren.
3. **Für die Apfelringe** Äpfel (nach Belieben) schälen, das Kerngehäuse ausstechen. Äpfel waagrecht in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln.
4. Das Öl in einem Topf oder in einer Fritteuse auf 160–180 Grad erhitzen (die richtige Temperatur ist erreicht, wenn an einem ins heiße Öl getauchten Holzlöffelstiel kleine Bläschen aufsteigen).
5. Eischnee unter den Teig heben. Apfelscheiben nacheinander im restlichen Mehl wenden, überschüssiges Mehl sacht abklopfen. Scheiben dann einzeln in den Teig tauchen, etwas abtropfen lassen und ins heiße Fett geben.
6. Apfelringe ca. 4-5 Minuten goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen und im Ofen auf einem mit Backpapier belegtem Blech bei 100 Grad warmhalten. Übrige Ringe ebenso ausbacken.
7. Vanillesoße verrühren und erneut abschmecken. Mit den Apfelringen anrichten und servieren.

Tipp: Apfelringe nach Belieben noch mit Puderzucker oder feinkörnigem Zucker bestreuen.