

# LEICHTER BUTTERMILCH-APFELKUCHEN MIT QUARKCREME



## LEICHTER BUTTERMILCH-APFELKUCHEN MIT QUARKCREME

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 12 Stück | 40 Min.

### Zutaten

#### Für den Apfelkuchen:

- 3 EL Haferflocken
- 100 g SweetFamily SteviaZucker
- 1 Prise Salz
- 200 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- Schalenabrieb von 1 Bio-Zitrone
- 200 ml Buttermilch
- 2 Eier
- 5 kleine Äpfel (ca. 600g)

#### Für die Quarkcreme:

- 250 g Magerquark
- 100 ml Buttermilch
- 4 EL Zitronensaft
- 3 EL SweetFamily SteviaZucker
- 2 gestr. TL Sofort-Gelatine



146

### ZUBEREITUNG

179

Kcal

Portion

7

Gramm

Eiweiß

32

Gramm

Kohlenhydrate

1

Gramm

Fett

1. Haferflocken in einer Pfanne ohne Fett anrösten und abkühlen lassen. In einer Rührschüssel [SweetFamily SteviaZucker](#), Salz, Mehl und Backpulver mischen. Zitronenschale, Buttermilch und Eier zugeben. Alles gut verrühren.

2. Äpfel schälen, vierteln und entkernen. Viertel auf der Rückseite 2 mal einschneiden. Boden einer Springform (26 cm Ø) mit [Backpapier](#) belegen. Teig hineingießen und glatt streichen. Äpfel mit der Wölbung nach oben kreisförmig darauf verteilen, leicht andrücken. Mit Haferflocken bestreuen. Im [vorgeheizten Backofen](#) bei 180 °C [auf mittlerer Schiene](#) 35 Minuten backen, den Rand mit einem Messer lösen, Springformrand abnehmen. Mit Hilfe des Papiers auf ein Kuchengitter ziehen und auskühlen lassen.

3. Quark mit Buttermilch, Zitronensaft und SweetFamily SteviaZucker aufschlagen, Gelatine unter Schlagen einrieseln lassen. Creme kalt stellen. Zum Kuchen servieren.

### Tipp:

Die Quarkcreme ist ein „leichter“ Ersatz für Schlagsahne und schmeckt besonders gut zu frischen Obstkuchen. Ist sie mit SweetFamily SteviaZucker gesüßt, spart man sogar gleich doppelt Kalorien.

**Obst:** Apfel