

9. November 2014 Apfelkuchen

Momentan ist, sportlich gesehen für mich, saure Gurkenzeit, keine Wettkämpfe bzw. Ausdauerveranstaltungen auf dem Programm. Möchte aber mal ein Lebenszeichen von mir geben.

Was das Training betrifft, bin ich ein wenig am Experimentieren. Mach von Allem ein wenig, natürlich aber mit einem klaren Ziel vor Augen.



Hab mich schließlich am 07.07.2014 an der Eissporthalle nicht umsonst angestellt. Ein-, zweimal die Woche Schwimmen, Laufen und wenn das Wetter es noch zulässt, auch Fahrradfahren. Zusätzlich arbeite ich an meiner Athletik, ganz besonders Bein- und Oberkörpermuskulatur. Das Schwimmen klappt ganz gut, 2000 Meter in einer ordentlichen Zeit, sind kein Problem. Bin hier zuversichtlich, will im nächsten Monat wieder in die Schwimmschule. „Schau mer mal“, was dabei rauskommt.

Wenn es klappt, gehe ich auch regelmäßig zu den Frühschwimmern. Fällt mir zwar schwer, mach es aber aus Liebe zu Susanne, die ist ganz scharf zu den Frühschwimmern zu gehen. Die nötigt mich manchmal richtig, wenn ich keine Lust habe aufzustehen. ☺

Demnächst gibt es dann in regelmäßigem Abstand die Serie für 2015 auf der Homepage: „Mein Weg nach Frankfurt.“



Aber jetzt zur heutigen Geschichte. Schon seit zwei Monaten, ist im Hause Kuther Apfelkuchenzeit. Nicht jeder Apfel eignet sich zum Backen. Backen kann man zwar jeden, aber geschmacklich gibt es hier große Unterschiede, gerade wenn man so hohe Ansprüche an einen Apfelkuchen hat, wie wir - leicht säuerlich im Abgang muss er sein.



Der Schöne aus Boskoop, kurz Boskoop oder Boskop (veraltete Bezeichnung: Schöner von Boskoop), ist eine zu den Renetten zählende Sorte des Kulturapfels und den Winteräpfeln zuzurechnen. Sein ursprünglicher Name war Renette von Montfort. In Österreich und Bayern wird er zu den Lederäpfeln gezählt. Die großen Äpfel, die häufig über 200 g wiegen, reifen Ende September bis Mitte Oktober und sind bis März haltbar. Er hat einen säuerlichen Geschmack, der hohe Säureanteil überdeckt seinen hohen Zuckeranteil.

Gedeckter Apfelkuchen, hier mein Rezept:

Der Teig ist ein Mürbeteig mit folgenden Zutaten:

190 gr. Margarine, 125 gr. Zucker, 375 gr. Mehl, 2 Eier, 1 Päckchen Vanillinzucker, ½ Päckchen Backpulver, 1 Esslöffel Milch, 4 – 5 große Äpfel (z.B. Boskop)



Mehl, Zucker, Vanillinzucker und Backpulver in eine Schüssel geben und vermischen. Margarine, Milch und die Eier dazugeben. Von den Eiern werden aber nur ca. 1 ½ Eier in den Teig gegeben. Für die spätere Glasur wird ca. ein halbes Eigelb aufgehoben. Die Zutaten werden jetzt von Hand vermischt, klingt zwar doof, ist aber so. Nur von Hand hat man auch das optimale Ergebnis für den Teig. Wenn der Teig fertig ist, schlag ich ihn in Frischhaltefolie ein und lege ihn zum Ruhen und Kühlen in den Kühlschrank.

Äpfel schäle ich mit dem Schälmesser. Äpfel vierteln und entkernen. Früher hab ich die Äpfel geachtelt und kleingeschnitten. Ein gleichmäßigeres Ergebnis bekommt man mit einem Hobel, der grobe Stifte macht. Die Äpfel sollten in der Summe, geschält und entkernt, dann schon 800 bis 1000 Gramm haben. Geschmacklich kann man mit den Äpfeln variieren, je wie man es gerne hat.

Nachdem die Äpfel in eine Schüssel geschnitzelt wurden, einen guten Spritzer Zitrone drüber, macht nochmals einen zusätzlichen säuerlichen Geschmack und soll auch verhindern, dass die Äpfel zu sehr oxidieren. Wer es lieber süßer mag, kann kurz vor dem Einfüllen, die Äpfel mit einem gehäuften Esslöffel Zucker vermischen. Der Zucker sollte erst kurz zuvor drüber, da die Äpfel sonst so viel Flüssigkeit ziehen. Was für mich auf keinen Fall fehlen darf, ist natürlich Geschmackssache, sind Rosinen, bzw. Sultaninen.



Rosinen (von altfranzösisch roisin, zu lateinisch racemus ‚Weinbeere‘) sind getrocknete Weinbeeren. Der Begriff „Rosinen“ ist sowohl der Oberbegriff für alle getrockneten Weinbeeren als auch die konkrete Bezeichnung für die getrockneten Früchte einer bestimmten Traubensorte.[1] Sie werden reif geerntet und danach in der Sonne oder im Schatten getrocknet, bis die Feuchtigkeit der Beeren nur noch etwa 15 bis 18% beträgt. Dies bedingt eine Konzentration des Fruchtzuckergehalts auf etwa 33%. Sie haben eine honiggelbe bis dunkelbraune Farbe. Vier bis fünf Kilogramm Weintrauben ergeben ein Kilogramm Rosinen

Den Formboden mit Backpapier bespannen, dann erspart man sich das Einfetten mit Butter. Teig aufteilen, 200 Gramm für den Rand, 250 Gramm für den Deckel und den Rest für den Boden. Wenn der Boden und der Rand in der Form sind, kommen die Äpfel rein, Form schütteln, damit die Äpfel gleichmäßig in der Form verteilt werden.

Jetzt kommt der Deckel drauf, da hat Susanne eine spezielle Technik entwickelt. Die bereitet den Deckel vor und wickelt in auf einer Papprolle, mit Frischhaltefolie als Zwischenlage, auf.



Nun das restliche Eigelb, mit etwas Milch verrührt, auf dem Deckel gleichmäßig verstreichen.

Der Ofen wird nicht vorgeheizt, 200 Grad, Ober- und Unterhitze mit 50 Minuten Backzeit.



Unsere Empfehlung, mit einer guten Tasse Kaffee am Nachmittag, den Kuchen genießen. Der leicht säuerliche Abgang reizt die Sinne – in diesem Sinne: Viel Spaß beim Backen!

Bis bald - Euer Roku