

Apfelsauce

Samtig. Fruchtig. Duftend. Eine gute Apfelsauce glänzt durch die perfekte Balance von Säure und Süße, braucht nur ganz wenig Zutaten und lockt dich mit ihrem verführerischem Duft. Das beste an diesem Rezept? Es passt sowohl hervorragend zu Süßspeisen wie Pfannkuchen als auch herzhaften Gerichten wie Wurzelgemüse aus dem Ofen.



Apfelsauce | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (6 Portionen): 3 Äpfel (z. B. Braeburn) | 4 Orangen | 1 TL Nelken | 20 Gramm Butter (Margarine oder vegane Butter für eine vegane Variante) | 1 Zimtstange | 1 Prise Salz



Apfelsauce | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (30 Minuten): 1. Mit einer Reibe die Orangenschale von einer Orange lösen, die Orangen halbieren und den Saft auspressen. 2. Äpfel schälen und in Würfel schneiden. 3. Butter oder Margarine in einem Topf schmelzen, dann Äpfel, Orangenschale, Orangensaft, Zimtstange und Nelken hinzugeben und ca. 20 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen. 3. Nelken und Zimtstange herausnehmen, mit einer Prise Salz abschmecken und servieren.

Dazu passt hervorragend: [Geröstetes Wurzelgemüse](#) oder [fluffige Pfannkuchen](#)! Jetzt mehr [süße Saucen](#) und [Rezepte mit Äpfeln](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 71 Kalorien | 2,8 Gramm Fett | 9,7 Gramm Kohlenhydrate | 0,4 Gramm Eiweiß