



Südtiroler
Bäuerinnen

Aus unserer Hand



Apfel-Vanille Creme (ohne Zucker)

Zutaten

500 ml	Apfelsaft
1 Prise	Bourbonvanille
3	Eigelb
50 g	Kamutmehl

Zubereitung

- Zwei Drittel des Apfelsaftes mit der Vanille zum Kochen bringen
- Den restlichen Apfelsaft mit den Eigelben und dem Kamutmehl verrühren
- Den heißen Apfel-Vanille-Saft in die Ei-Mehlmischung einrühren und dann alles zusammen durch ein Sieb in den Kochtopf zurück schütten und unter ständigem Rühren kurze Zeit köcheln lassen
- In dekorative Gläser abfüllen und eventuell mit getrockneten Apfelscheiben garnieren

Material:

Küchenwaage, Messbecher, Kochplatte, Kochtopf, Topflappen, Schneebeesen, Sieb, Einfülltrichter, Löffel oder kleine Schöpfkelle, dekorative Gläser oder Jausebecher

Tipp:

Die Apfel-Vanille-Creme kann auch kalt, wie als Pudding, mit Beeren nach Wahl garniert und genossen werden, dann muss aber etwas mehr Mehl verwendet werden.

Die Apfel-Vanille-Creme kann auch sehr gut als Wegzehrung im hermetisch abschließenden Becher auf die Wanderung mitgenommen werden.

**Gutes Gelingen wünscht Brotzeit-Bäuerin Elisabeth Pichler Schroffenegger vom Buschenschank Hochklaus in Karneid-Blumau; Tel. 0471 353 126
www.baeuerinnen.it/aus-unserer-hand/baeuerinnen.html**





Crema mela-vaniglia (senza zucchero)

Ingredienti

500 ml	Succo di mela
1 pizzico	Bourbon alla vaniglia
3	Tuorli d'ouvo
50 gr	Farina di Kamut

Preparazione

- Portare due terzi del succo di mela ad ebollizione con la vaniglia
- Mescolare il succo di mela rimanente con i tuorli e la farina di Kamut
- Mescolare il succo di mela e vaniglia caldo nella miscela di uova e farina e poi versate il tutto insieme filtrandolo con un setaccio nella casseruola, far cuocere brevemente, continuando a mescolare
- Versare la crema in un bicchiere di vetro decorato e eventualmente, guarnire con fette di mela essiccate

Materiale:

Bilancia da cucina, misurini, piano cottura, forno, presine, frusta, setaccio, imbuto, cucchiaio o piccolo mestolo, bicchierini decorati.

Consigli:

La crema di mela-vaniglia può essere servita anche fredda come budino, da gustare con bacche a scelta.

La crema di mela-vaniglia può anche essere conservata in vasetti ermeticamente sigillati.

Buon appetito augura la contadina Elisabeth Pichler Schroffenegger dal maso Hochklaus a Cornedo all'Isarco-Prato Isarco; tel. 0471 353 126

www.baeuerinnen.it/aus-unserer-hand/baeuerinnen.html

