

Ich bin mal
so frei!

MIT FABIENNE
& GLOBUS



Bratapfel-Glasdessert



globus.de



4-6 Gläser



55 min



leicht



Zutaten Kompott

- ca. 4 Äpfel der Wahl
- 50 g Xylit Zucker
- 1,5 TL Zimt
- 1/2 Bio Orange
- 2 Mandarinen
- 1/2 TL Speisestärke
- 3-4 TL Wasser

Zutaten Creme

- 450 g vegane und glutenfreie Frischkäse-Alternative bedda
- 200 g veganer und glutenfreier Kokos Joghurt
- 1/4 TL Zimt
- 2 Vanilleschoten
- 50 g Agavendicksaft
- 1/2 Bio Orange

Zutaten Knuspertopping

- 60 g gehobelte Mandeln
- 60 g gehackte Mandeln
- 1/2 TL Zimt
- 30 g Agavendicksaft

#glutenfrei
#vegan

So geht's:

1

Zubereitung Kompott:

Die Äpfel entkernen und in kleine Stückchen schneiden. Die Apfelstückchen mit Xylit Zucker, Zimt, dem Abrieb von 1/2 Bio Orange sowie dem ausgepressten Saft von 2 Mandarinen in einen Topf geben. Bei schwacher Hitze köcheln lassen, bis die Apfelstückchen weich sind. Dabei gelegentlich umrühren. Sobald die Äpfel weich sind, Speisestärke und Wasser verrühren und portionsweise zum Kompott geben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Den Kompott abdecken und abkühlen lassen.

2

Zubereitung Creme:

Die Vanilleschoten auskratzen und die Schale der 1/2 Bio Orange fein abreiben. Frischkäse-Alternative und Kokos Joghurt mit einem Schneebesen verrühren. Zimt, Vanillemark, Abrieb der Orangenschale und Agavendicksaft dazu geben und unterrühren, bis eine cremige Masse entsteht. Die Masse im Kühlschrank aufbewahren.

3

Zubereitung Knuspertopping:

Die gehobelten und gehackten Mandeln in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze unter Rühren anrösten, bis sie goldbraun sind. Die Hitze reduzieren. Zimt und Agavendicksaft dazu geben und unter Rühren bei schwacher Hitze circa 1 Minuten karamellisieren lassen. Die karamellisierten Mandeln auf ein Backpapier geben und abkühlen lassen. Nach dem vollständigen Abkühlen mit den Händen in kleine Stücke brechen.

4

Fertigstellen:

Nun die Zutaten nach und nach in Gläser schichten. Dafür die Creme und den Kompott abwechselnd in die Gläser schichten. Vor dem Servieren noch das Knuspertopping obendrauf streuen.

Guten Appetit,
eure Fabienne



Rezepte online nachlesen!

Alle Rezepte mit vielen praktischen Tipps und Tricks zur Zubereitung finden Sie online unter:

[globus.de/ichbinmalsofrei](https://www.globus.de/ichbinmalsofrei)

