

Nussiger Apfelmoussaka

Description

Für 4 Personen

30 g gehackte Walnüsse
2 Tafeläpfel
1 TL Butter
1 EL Honig
250 g Couscous
250 ml heiße Milch
2 EL brauner Zucker
100 g weißer Zucker
200 ml Sahne

Walnüsse in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten und herausnehmen. Äpfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und die Äpfel in Spalten schneiden. Butter in der Pfanne erhitzen. Äpfel dazugeben, kurz anbraten und mit Honig beträufeln.

Couscous mit Milch befeuchten, mit braunem Zucker vermischen und ca. 5 Minuten quellen lassen. Zucker und 4 EL kaltes Wasser verrühren, langsam schmelzen und bräunen lassen. Sahne anheben, aufkochen und sämig einkochen lassen.

Couscous mit Äpfeln in Schälchen anrichten, mit Soße beträufeln. mit Nüssen garnieren und servieren.

Zubereitungszeit 20 Minuten

Nährwerte: 643 kcal, 2692 kJ, E 12 g, F 27 g, KH 89 g

Category

1. Desserts

Date Created

Juni 10, 2017

Author

rezeptadmin