

Zeitangabe 

Kosten 

Ernährungsinfos

Allergierisiken: Gluten, Milchprodukte

Statt Auszugsmehl kann man auch Vollkornmehl verwenden, jedoch muss dann eventuell etwas mehr Flüssigkeit an den Teig gegeben werden.

Die Teigmenge ist relativ hoch berechnet. Die Apfelscheiben zerbrechen leicht und lassen sich leichter eintauchen, wenn viel Teig vorhanden ist. Aus dem restlichen Teig kann man leckere Pfannkuchen braten. Geübte oder weniger hungrige Schüler können auch die Mengen reduzieren.

Der obige Zeitbedarf berücksichtigt, dass pro Gruppe nur eine große Pfanne zur Verfügung steht und dass die Ringe nacheinander ausgebacken werden müssen. Wenn die Gruppen zwei große Pfannen zur Verfügung haben, sinkt der Zeitbedarf.

Das Rezept im Unterricht

- Grundrezepte (Rührteig)
- Garverfahren
- Grundtechniken (Eischnee schlagen)
- Kohlenhydrate/Zucker

Die Spalte für 2 Portionen ist leer, damit die Schüler die Mengen im Unterricht oder als Hausaufgabe selbst errechnen können.

Alternative Zubereitung

Wer keine Apfelringe, sondern Apfelpfannkuchen backen möchte, kann bei den gleichen Zutaten die Zubereitung etwas ändern: Die Apfelringe werden in einer beschichteten Pfanne in Fett angebraten, dann wird der Teig darübergegossen. Bei kleiner Hitze und aufgesetztem Deckel werden die Pfannkuchen durchgebacken, bis der Teig auf der Oberfläche „stumpf“ wird. Dann kann man den Pfannkuchen vorsichtig mithilfe eines großen Tellers wenden und die Unterseite bei stärkerer Hitze kurz bräunen.



Einkaufsliste für 4 Gruppen

- | | |
|----------------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 16–24 Äpfel | <input type="checkbox"/> 1 l Milch |
| <input type="checkbox"/> 8 Eier | <input type="checkbox"/> 4 EL Zucker |
| <input type="checkbox"/> 1 kg Mehl | <input type="checkbox"/> Margarine |
| <input type="checkbox"/> 2 Beutel Backpulver | <input type="checkbox"/> Zimtzucker |