



# APFELBLATT



Familie Claus Viets - Plantagenweg 2 - 21629 Mienenbüttel

E-Mail: [info@apfeland.de](mailto:info@apfeland.de)

## Nach der Ernte ....

im September und Oktober wurde der überwiegende Teil der Tafeläpfel eingelagert und kann dank moderner Lagertechnik bis in den Juni des darauf folgenden Jahres vermarktet werden.

Die Betriebs- und Flächenzahlen der Obstbaubetriebe gingen in den letzten Jahren zwar zurück, durch eine Steigerung der Flächenproduktivität konnte aber die Erntemenge weitgehend konstant gehalten werden. In diesem Jahr fällt die Erntemenge zwar etwas geringer aus - normalerweise werden ca. 300.000 Tonnen geerntet - erfreulicherweise ist die Qualität jedoch sehr gut, was die Verbraucher erfreuen kann.

Die Gesamtoberfläche an der Niederelbe setzt sich zusammen aus:

- \* 9.000 ha Baumobst
- \* 1.000 ha Stein- und Beerenobst
- \* 1.000 ha Heidelbeeren in der Lüneburger Heide

Seit 1989 beteiligen sich ca. 90% der Betriebe am umweltschonenden kontrollierten Integrierten Anbau.

## 5 am Tag-Kampagne

Sicherlich haben Sie schon von dieser Aktion gehört, es gibt sie bereits seit 2002. Sie wird von der Europäischen Union gefördert, die Schirmherrschaft haben das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft sowie das Bundesministerium für Gesundheit. **5 am Tag** klingt auf den ersten Blick viel, ist es aber gar nicht - hier eine Orientierungshilfe für die Portionsgrößen:

### 1 Portion GEMÜSE kann z.B. sein ...

- \* 1 kleiner Kohlrabi, 1 Paprika oder 3 Tomaten
- \* 2 Hände voll Salat oder kleingeschnittene Möhren
- \* 2 Hände voll Brokkoli, Spinat oder Champignons (ca. 125 g)
- \* 1 Hand voll Sauerkraut oder sauer eingelegtes Gemüse
- \* 1 Glas Tomaten- oder Kartottensaft

### 1 Portion OBST kann sein ...

- \* 1 Apfel, 1 Banane, 1 Orange oder 1 Pfirsich
- \* 2 Hände voll Erdbeeren, Himbeeren oder Trauben
- \* 2 Hände voll TK-Beerenmischung
- \* 5 Trockenpflaumen oder getrocknete Aprikosen
- \* 1 Smoothie



## Das November-Rezept

### Apfelweinkuchen

(Zutaten für ca. 12 Stücke)

Für den Teig:

- \* 250 g Weizenmehl
- \* 1 TL Backpulver
- \* 125 g weiche Butter
- \* 100 g Zucker
- \* 1 Päckchen Vanillezucker
- \* 1 Ei

Für die Füllung:

- \* 1,5 kg Äpfel
- \* 2 Päckchen Vanille-Puddingpulver
- \* 750 ml Apfelwein (oder Apfelsaft)
- \* 1 Ei
- \* ca. 100 g Zucker (nach Süße des Apfelweines)

Für den Belag:

- \* 400 ml Sahne
  - \* 2 Päckchen Vanillezucker
- außerdem:
- \* Mehl für die Arbeitsfläche
  - \* Fett für die Form und
  - \* 50 g gehobelte, geröstete Mandeln



## Zubereitung:

Das Mehl mit Backpulver mischen und Butter, Zucker, Vanillezucker und Ei zugeben. Alles zu einem glatten Teig verkneten und ca. 30 Min. kühl stellen. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und dann in eine gefettete Springform (Ø 26 cm) einfüllen, einen ca. 4 cm hohen Rand formen.

Die Äpfel schälen, entkernen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Vanille-Puddingpulver mit 5 EL Apfelwein und dem Ei glatt rühren. Den restlichen Apfelwein bzw Apfelsaft mit Zucker in einem Topf zum Kochen bringen. Das angerührte Puddingpulver einrühren, alles einmal aufkochen, vom Herd nehmen und die Apfelstücke unterrühren.

Die Füllung gleichmäßig auf dem Boden verteilen. Im vorgeheizten Backofen ca. 60 Minuten backen (Umluft ca. 175°C). Nach dem Backen den Kuchen ca. 20 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann vorsichtig aus der Form herauslösen und auskühlen lassen.

Die Sahne mit dem Vanillezucker aufschlagen und auf den ausgekühlten Kuchen leicht kuppelförmig aufstreichen. Die gerösteten Mangelblättchen als Dekoration über den Kuchen streuen.