



Apfel-Karotten-Kuchen

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger aus Schlatt

Zutaten:

300 g fein geriebene Karotten, 300 g grob geriebene Äpfel, 180 g Zucker, Saft von 1 Zitrone, 180 g Butter, 6 Eier, 2 EL Rum, 150 g geriebene Nüsse, 120 g Semmelbrösel, 150 g Weizenvollkornmehl, 3 TL Backpulver, 1 Prise Salz, Ribiselmarmelade zum Bestreichen, Für die Glasur: 150 ml Obers, 150 g Schokolade, 2 Blatt Gelatine

Zubereitung:

Karotten und Äpfel mit Zitronensaft vermischen. Die Eier trennen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz zu einem steifen Schnee schlagen. Die Butter mit Zucker schaumig rühren und die Dotter nach und nach einrühren. Das Mehl, Backpulver, Semmelbrösel, Zitronenschale und Nüsse vermischen und mit den Karotten und Äpfeln vorsichtig unterrühren. Den Eischnee zum Schluss unterziehen und den Teig in eine vorbereitete Tortenform einfüllen.

Bei 180°C ca. 45 Min. backen.

Nach dem Auskühlen mit Marmelade bestreichen und mit Schokoglasur überziehen.

Für die Glasur: Das Obers erwärmen und die Schokolade unter ständigem Rühren schmelzen lassen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und in der warmen Schokoglasur auflösen.

Tipp: Sehr schön sieht dieser Kuchen aus, wenn man mit Zitronenglasur ein Esterhazy-Muster macht. Besonders gut schmeckt der Kuchen, wenn man einen Tupfen geschlagenes Obers dazu serviert!

Gutes Gelingen wünschen:



Einkaufsadressen:

Hier gibt's Milchprodukte, Käse Kuh*, Schaf**, Ziege***:

Familie Grabner*	Laiter 4	4894 Oberhofen	06213/ 8380
Familie Innerlohninger*	Radau 11	4882 Oberwang	06233/ 8308
Familie Mayr*	Reichholz 20	4852 Weyregg	07664/ 3122
Familie Preuner*	Halt 2	4873 Frankenburg	07683/ 8663
Familie Rosner***	Katterlohen 4	4880 Berg	07667/ 80 49
Familie Spitzer*, **, ***	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/ 8376
Familie Stauer*	Ausserhörgersteig 2	4871 Frankenburg	07683/ 73 47
Familie Strobl*	Achenstraße 5	5310 Mondsee	06232/ 4223
Familie Wiener*	Hötzing 2	4870 Vöcklamarkt	07682/ 6596
Familie Wimmer*	Hilprigen 4	4873 Frankenmarkt	07683/ 85 92

Hier gibt's Gemüse* und Kräuter**:

Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Friedl*, **	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Graf*	Imling 4	4692 Niederthalheim	07673/ 7446
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Neuhuber **	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*, **	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84

Hier gibt's Frischobst:

Familie Friedl	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Lohninger	Steindorf 5	4863 Seewalchen	07662/ 28 42
Familie Neuhuber	Philippenberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Grausgruber	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Weninger	Haitigen 4	4890 Weißenkirchen i. A.	07684/6070

Hier gibt's Getreide und Getreideprodukte:

Familie Schablinger	Imling 4	4692 Niederthalheim	(07673)7446
Familie Grabner	Pössing 13	4880 Berg im Attergau	07667/21803
Familie Hausjell	Unterachmann 10	4860 Lenzing	07662/ 21 06
Familie Obermaier	Freundling 8	4904 Atzbach	07676/7488

Homepage der Direktvermarkter: www.gutesvombauernhof.at, www.genussland.at

Kostenlose Rezepthefte und Lebensmittellinfo: www.ama-marketing.at

Unsere Bauernmärkte im Bezirk:

Bauernmarkt MONDSEE	Marktplatz, Ende Mai bis Ende Oktober, jeden Samstag, 8:30 -12:00 Uhr
Bauernmarkt REGAU	Markthalle Regau, jeden Freitag, 16:00 - 19:00 Uhr
Bauernmarkt SCHWANENSTADT	Gmundner Straße, Sparkassenplatz, jeden Samstag, 8:30 - 12:00 Uhr

Gutes Gelingen wünschen:

