



Was duftet da so gut? Der Bratapfel ist ein süßer Klassiker zur Weihnachtszeit und wärmt an kalten Tagen. Das Aushöhlen, Füllen und Braten macht kleinen und großen Köch:innen Spaß.

Herbst/Winter

! **Allergene:** Nüsse (Mandeln), Gluten (Haferflocken), Milch/Laktose (Butter)

€ **Kosten in Bio-Qualität pro Kind:** unter 1 Euro

Zutaten | 12 Kinder

- 6 gleich große Boskop-Äpfel
- 50 g gemahlene Mandeln
- 150 g Haferflocken
- 15 g Saaten (z. B. Leinsamen, Sonnenblumenkerne)
- 25 g ungeschwefelte Trockenfrüchte (z. B. Rosinen, Aprikosen, Feigen)
- 15 g Butter (zum Befüllen)
- 3 TL Honig
- Wasser (Pfannenboden bedeckt)
- 30 g Butter (zum Anbraten)
- Zimt und Kardamom

Küchenwerkzeug

- kleine Pfanne
- Küchenmesser
- Schneidebretter
- Kugelausstecher (oder Löffel)
- Kochlöffel
- kleine Schüsseln
- 2 große Pfannen mit Deckel
- Messbecher

Zutaten | 2 Kinder + 2 Erwachsene

- 3 gleich große Boskop-Äpfel
- 25 g gemahlene Mandeln
- 75 g Haferflocken
- 10 g Saaten (z. B. Leinsamen, Sonnenblumenkerne)
- 15 g ungeschwefelte Trockenfrüchte (z. B. Rosinen, Aprikosen, Feigen)
- 10 g Butter (zum Befüllen)
- 1-2 TL Honig
- Wasser (Pfannenboden bedeckt)
- 15 g Butter (zum Anbraten)
- Zimt und Kardamom

(Saisonale) Alternativen

Herbst/Winter: Topaz-Äpfel, Birnen oder Quitten (Quitten haben sehr hartes Fruchtfleisch)

Auch lecker: Orangensaft statt Wasser, Haselnüsse statt Mandeln oder verschiedene Getreideflocken

Zubereitung und pädagogische Tipps

- 1 Gemahlene Mandeln, Haferflocken und Saaten nacheinander in der kleinen Pfanne auf mittlerer Hitze unter Rühren leicht anrösten und in kleine Schüsseln füllen.**
- 2 Trockenfrüchte je nach Größe zerkleinern und in eine kleine Schüssel geben.**
- 3 Die Äpfel waschen, halbieren und mit dem Kugelausstecher das Kerngehäuse vorsichtig entfernen. Die äußere Schale sollte möglichst ganz bleiben.**
- 4 Mandeln, Haferflocken, Saaten und Trockenobst in einem Buffet bereitstellen und die Apfelhälften damit nach Belieben befüllen. Jede Hälfte mit einer Butterflocke, einem halben Teelöffel Honig und einer Prise Gewürze abschließen.**
- 5 In den großen Pfannen die restliche Butter zerlassen. Die Apfelhälften vorsichtig hineinsetzen und kurz anbraten. Dann mit Wasser angießen, sodass der Boden knapp bedeckt ist. Mit geschlossenem Deckel 10–15 Minuten bei mittlerer Hitze garen.**

Beim Rühren in der Pfanne können sich die Kinder abwechseln.

Trockenfrüchte lassen sich auch mit den Fingern in kleine Stücke zupfen.

Beim Halbieren können die Kinder den Tunnelgriff üben. Statt Kugelausstecher kann auch ein Teelöffel oder ein Apfelausstecher verwendet werden.

Jedes Kind befüllt seine eigene Apfelhälfte ganz nach Geschmack.

Ein Glasdeckel für die Pfanne ist optimal, damit die Kinder den Garprozess der Äpfel beobachten können. Die Kinder können mit einem Holzstäbchen testen, ob die Äpfel weich genug sind.

Tipps & Tricks

Die Bratäpfel können auch im Ofen gebacken werden: Einfach in einer feuerfesten, leicht gefetteten Form ohne Wasser bei 180 °C Heißluft für 30 Minuten garen. Werden verschiedene Apfelsorten verwendet, lassen sich vergleichend die geschmacklichen Unterschiede erforschen.



Mandeln sind die Fruchtkerne des Mandelbaums. Der größte Anteil der in Europa produzierten Mandeln kommt aus Spanien und Italien. Neben ihrem Einsatz beim Backen können die ölreichen Mandeln vielfältig verarbeitet werden. Zum Beispiel zu Öl, Marzipan oder purem Mandelmus.