

# Apfel-Nuss-Kuchen

## Zutaten für den Kuchen:

- 200 g Magerquark
- 3 Eier
- 30 g Halbfettmargarine
- alternativ: Butter
- 80 g Zuckerersatz
- 100 g Dinkelvollkornmehl
- 70 g Haferkleie
- 80 g gehackte Haselnüsse
- 1 Päckchen Backpulver
- 2 Äpfel
- Zimt
- zum Einfetten: etwas Fett
- nach Geschmack: Puderzucker
- Spekulatiusgewürz

Den Backofen auf 175 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Magerquark, Eier, Margarine und Zucker in eine Schüssel geben und mit einem Handrührgerät auf höchster Stufe verrühren. Dinkelvollkornmehl, Haferkleie, 40 g gehackte Haselnüsse, Backpulver und Zimt der Reihe nach hinzufügen und ebenfalls mit dem Rührgerät gut verrühren.

Eine Springform (26 cm Durchmesser) leicht einfetten und den Teig hineinfüllen. Die Äpfel schälen, in Spalten schneiden und auf dem Teig verteilen. Mit den restlichen Haselnüssen verzieren. Circa 45 Minuten auf mittlerer Schiene backen. Anschließend 10 Minuten in der Form auskühlen lassen, vorsichtig herausnehmen und auf einem Rost vollständig auskühlen lassen.

Nach Geschmack mit Puderzucker und Spekulatiusgewürz bestreuen.

## Zutaten für die Sahne:

- 200 ml Sahne
- 2 EL Zuckerersatz
- 1 Klacks Vanille
- 300 g Magerquark

Die Sahne - oder pflanzliche Alternativen - in einer Schüssel aufschlagen. Zuckerersatz und Vanille hinzugeben und den Magerquark unterheben. Alles gut mit einem Schneebesen verrühren.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 21.10.2021

Koch/Köchin: Güldane Altekrüger

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)