



# Heiße Apfelsuppe mit Walnusskrokant



 Dauer  
30 min.

 Schwierigkeit  
Mittel

## Zutaten

für 4 Portionen

Zitronen	1 St.
Äpfel, rot	750 g
Zucker	110 g
Apfelsaft	500 ml
Zimt	
Walnüsse	20 g
Schlagsahne	100 g

## Zubereitung

Zitrone waschen, halbieren und auspressen. Äpfel waschen, schälen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. In einem Topf Apfelspalten bei mittlerer Stufe mit Zitronensaft, 60 g Zucker, Apfelsaft und Zimt aufkochen und ca. 3–5 Min. garen.

Inzwischen Walnüsse grob hacken. In einer Pfanne übrigen Zucker mit 4 EL Wasser verrühren und bei mittlerer Stufe ca. 4 Min. hellbraun karamellisieren lassen. Dabei nicht mehr rühren. Walnüsse zufügen, darin wenden und auf ein Stück Backpapier geben, rasch dünn verstreichen und erkalten lassen.

In einem hohen Gefäß Sahne mit einem Handrührgerät mit Schneebesens steif schlagen. Walnusskrokant zerbröseln oder grob hacken.

Einige Apfelspalten zum Garnieren aus der Suppe nehmen. Den Rest fein pürieren und abschmecken. Spalten wieder zufügen. Apfelsuppe in Tassen anrichten, mit etwas Sahne und Walnusskrokant garnieren und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	329 kcal		
Kohlenhydrate	71 g	Ballaststoff	6 g
Eiweiß	3 g	Fette	6 g