



Exotischer Bratapfel mit Datteln und Feigen

Veganes Dessert für gemütliche Winterabende

Zubereitung

1. Die Äpfel waschen, die Deckel abschneiden und das Kerngehäuse großzügig ausstechen. Die Äpfel anschließend in eine Auflaufform setzen.
2. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen.
3. Die Macadamianüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Auf einem Teller auskühlen lassen.
4. Die Naturata Trockenfrüchte in kleine Stücke schneiden, mit den Naturata Macadamianüssen sowie Naturata Roh-Rohrzucker und Naturata Kokosfett vermischen und in die Äpfel füllen.
5. Ananas- und Orangensaft zusammen mit dem Zucker aufkochen und über die Äpfel geben. Im vorgeheizten Ofen bei 200°C (Umluft 180°C) 35 Minuten backen. Nach 25 Minuten die Deckel aufsetzen und mitbacken.
6. Tipp: Serviert mit einer Kugel Vanille- oder Zimteis sind die Äpfel ein perfektes Dessert für die Festtage.



Zubereitungszeit: Mittel

Zutaten (für 6 Portionen)

Naturata Zutaten

- 50 g Datteln ohne Stein, Deglet Nour, getrocknet
- 50 g Feigen Lerida, getrocknet
- 30 g Mangostücke, getrocknet
- 30 g + 3 EL Rohrzucker
- 20 g NATURAVIT-KOKOS, 100 % Kokosfett

Weitere Zutaten

- 6 säuerliche Äpfel
- 1 Bio-Zitrone
- 30 g Macadamianüsse
- 100 ml Ananassaft
- 100 ml Orangensaft