

# Torta di mele – Italienischer Apfelkuchen



Heute gibt es mal wieder Apfelkuchen! Und zwar einen ganz simplen italienischen Klassiker ([aus dem Buch „La vita è dolce“](#)), den laut Letitia Clark jede italienische Mutter, Großmutter und Urgroßmutter backt: La torta di mele. Dieser Kuchen ist in Italien eine häusliche Institution, die Familienrezepte sind heilig und sicherlich gibt es auch Varianten so zahlreich wie die Frauen, die sie backen.

Diesmal habe ich mich ziemlich genau ans Rezept gehalten. Nur das Mehl habe ich geändert, da ich ja (fast) ausschließlich mit Dinkel backe. Einen Apfel weniger habe ich genommen, im

Rezept stehen 5. Ich wollte noch ein wenig mehr Kuchen haben und nicht nur Äpfel. Und da ich noch Mandelöl da hatte (das setzt sich auf dem Mandelmus immer so ab), habe ich das hier verwendet, denn ich finde, das passt auch gut zu Äpfeln. Normalerweise hätte ich tatsächlich Olivenöl genommen.

Die Nüsse sind meine Extra-Note Naschkatze. Hoffentlich steinigen mich die Italiener dafür nicht. Im Text zum Rezept stand, dass ein Freund der Autorin zugab, geweint zu haben, als seine Mutter den Kuchen einmal mit Schokostückchen backte. Das zeigt wohl einmal mehr die Heiligkeit des Essens und die Leidenschaft dafür in Italien.



Im Rezept werden die Apfelspalten noch mit etwas Zucker bestreut – das habe ich schlicht vergessen. Aber wenn man Zucker reduzieren will (ich habe etwas weniger genommen als im Rezept) und eh noch Puderzucker drüber macht, dann braucht man den Zucker auf den Äpfeln auch gar nicht.

**Für 1 Springform (23 cm):**

170 g Butter, zimmerwarm  
4 Äpfel

Abgeriebene Schale und Saft von 1 Biozitrone

180 g Zucker

1 Prise Salz

3 Eier

100 g Joghurt

30 ml mildes Olivenöl (oder Raps- oder Mandelöl)

250 g Dinkelmehl 630

1 EL Backpulver

(1 Handvoll geröstete gehackte Nüsse)

Puderzucker zum Bestäuben

Die Kuchenform mit Backpapier auslegen und den Rand einfetten. Circa 2  $\frac{1}{2}$  Äpfel in kleine Stücke schneiden. Die übrigen Äpfel in Spalten schneiden. Alle Apfelstücke mit Zitronensaft beträufeln, damit sie nicht braun werden.

In einer Rührschüssel die Butter mit Zucker, Zitronenschale und Salz cremig rühren, dann nacheinander die Eier zugeben und jedes Mal gut untermischen. Joghurt und Öl einrühren, dann das Mehl und das Backpulver unterziehen. Zum Schluss die Äpfel unterheben.

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Den Teig in die vorbereitete Form füllen, glatt streichen und die Apfelspalten kreisförmig darauf legen. Die Nüsse darüber streuen.

40–45 Minuten backen, bis der Kuchen aufgegangen und goldbraun ist. 10 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann herauslösen und auf einem Gitter abkühlen lassen.

Mit Puderzucker bestäubt servieren.



Bei mir geht es jetzt erst mal in den Urlaub – ich genieße eine Woche bayerische Gemütlichkeit auf dem Land in einer Sommer-WG mit Freunden. Bis zur nächsten Nascherei könnt ihr ja mit einem Stück torta di mele in Urlaubsplänen schwelgen.  
=)

Ich wünsche euch eine genussvolle Zeit!

Eure Judith

---

## Omas Käsekuchen



Als letztes Wochenende die Naschkatzeneltern da waren, haben wir natürlich bei unseren Ausflügen auch Kuchen geschlemmt. Bei einem Stück Käsekuchen kamen wir auf Omas Rezepte zu sprechen, denn meine Ma erzählte, dass Omas Käsekuchen damals bei allen heiß begehrt war und sie zu Anlässen immer diesen Kuchen mitbringen sollte. Ich dagegen konnte mich nicht erinnern, mal mit ihr Käsekuchen gebacken zu haben oder in den Genuss gekommen zu sein.

Also stöberte ich in Omas handgeschriebenen Rezeptheftchen und stieß auf zwei Rezepte für Käsekuchen. Naschkatzenmama entschied, dass das erste Rezept der berühmten Version entsprechen müsste und gestern machte ich Käsekuchengroßeinkauf und backte ihn nach.



Selten genug, aber es kommt vor: ich hielt mich diesmal (fast) vollständig ans Rezept! Lediglich das Mehl, das früher vermutlich Weizenmehl 405 gewesen war, wurde durch Dinkel 630 ersetzt. Vanillezucker hatte ich nicht mehr, also nahm ich das Mark einer halben Vanilleschote und ein wenig Zitronenzucker (selbst gemacht aus getrockneten Zitronenschalen, mit Zucker pulverisiert) für die Masse.

Im Rezept stand übrigens auch, dass der Boden mit Aprikosenmarmelade bestrichen wird. Das kannte ich so nicht bei Käsekuchen und ließ es weg, aber vielleicht gibt das noch eine extra leckere Note – einen Versuch ist es sicher wert.

Natürlich stand auch keine Backzeit oder Temperatur dabei, wie das gerne so ist bei alten Rezepten. Offenbar wusste (haus)frau das eben einfach. Ich backte also nach Optik, Gefühl und Erfahrung – und ergänzte diese Info dann im Rezept.  
=)



Heraus kam ein wirklich köstlicher Käsekuchen, der wunderbar luftig-fluffig ist, sahnig-cremig schmeckt und dabei eine schöne Frische hat durch den säuerlichen Quark. Meine drei Testesser waren begeistert und ich hoffe, ihr werdet es auch sein! Über Rückmeldung freue ich mich!

**Für 1 große Springform:**

**TEIG**

250 g Mehl (Dinkel 630)

100 g Butter, gewürfelt

1 Ei

70 g Zucker

(etwas Wasser)

(nach Belieben: Aprikosenkonfitüre)

**KÄSEMASSE**

250 g Quark/Schichtkäse (20% Fett)

500 g Magerquark

2 Päckchen Vanillezucker

(oder Mark von  $\frac{1}{2}$  Vanilleschote)

150 g Zucker

50 g Speisestärke

4 Eigelb (Eiweiß zu Schnee)

1 Becher süße Sahne

Für den Teig alle Zutaten in eine Schüssel wiegen und zügig vermengen. Falls Ei und Butter nicht ausreichend Flüssigkeit hergeben, noch ein, zwei Esslöffel Wasser zufügen und alles zügig zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig gleichmäßig in eine gefettete Springform drücken und einen Rand formen. Nach Belieben dünn mit Konfitüre bestreichen und die Form in den Kühlschrank stellen.

Für die Käsemasse alle Zutaten bis auf Eiweiß und Sahne in eine Schüssel wiegen und verrühren. Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Das Eiweiß steif schlagen, dann die Sahne steif schlagen.

Beides unter die Käsemasse heben und diese auf dem Boden verteilen und glatt streichen.

Den Käsekuchen ca. 50 Minuten backen.

Nach 10-15 Minuten noch einmal aus dem Ofen nehmen und mit einem scharfen Messer zwischen Rand und Käsemasse rundherum entlang fahren. So reißt der Kuchen in der Mitte nicht ein beim Backen (zumindest funktioniert dieser Trick bei mir immer super).

Wenn der Kuchen goldbraun und aufgegangen ist, aus dem Ofen nehmen und in der Form abkühlen lassen. Dann aus der Form lösen.



Natürlich kann man diesen klassischen Käsekuchen noch mit Früchten nach Geschmack bereichern. Naschkater wünscht sich Himbeeren, sicherlich schmeckt er auch mit Aprikosen oder Kirschen lecker. Da könnte man mal noch rumprobieren. =)

Ich wünsche euch aber erst mal ein genussvolles Wochenende!

Macht es euch schön!

Eure Judith

---

## Crostata di marmellata – Tarte mit Himbeermarmelade



Letztes Wochenende war ich viel unterwegs. Die Naschkatzeneltern waren zu Besuch und wir haben unglaublich schöne Ausflüge gemacht. Was man alles entdeckt, wenn man mal wieder Touristin in der eigenen Region spielt! Kennt ihr das auch? Im Alltag nutzt man die vielen tollen Möglichkeiten, die sich direkt vor der Nase befinden, meist gar nicht. Umso schöner, wenn man sie dann mit Besuch gemeinsam entdecken kann!

Natürlich blieb da keine Zeit zum Backen, aber das holte ich dann am Montag nach. Den Wochenanfang hatte ich mir auch noch frei genommen, um mal den Resturlaub vom letzten Jahr abzubauen und um abzuarbeiten, was am Wochenende liegen geblieben war. Zum Beispiel, den Blog zu füttern. =)

Passenderweise hatte ich mich beim Schmökern im neuesten Backbuch „[La vita è dolce](#)“ in die crostata verguckt.

Seit ich denken kann, liebe ich diese einfache, bodenständige Tarte. Letztes Jahr gab es [im Piemont](#) fast jeden Morgen diese Köstlichkeit auf dem Buffet. Spätestens da war es beschlossen: die muss ich auch mal backen!

Das Tolle an crostata ist: Die Zutaten für die simple Tarte hat man eigentlich fast immer da. Mehl, Puderzucker, Butter, Eier und Marmelade – klingt schwer nach Vorratskammer, oder? Und genauso simpel wie die Zutatenliste ist die Zubereitung.



Wer es nicht so hat mit Teigausrollen, kann den Teig notfalls auch dünn in die Form drücken. Das Gitter kann man irgendwie machen, es muss nicht perfekt sein. Und bei der Marmellata (korrekterweise müsste man ja Konfitüre sagen...) kann man nehmen, was am besten schmeckt. Ich mag Himbeere gern, weil sie noch so eine schöne Säure mitbringt, die gegen das Süß anspielt.

Die Teigmenge ist recht groß (laut Rezept für 2 Böden oder 1 Tarte plus Gitter), also nehmt entweder eine wirklich große Tarteform oder macht es wie ich und nehmt eine normale Tarteform und eine kleine Springform. So hatte Naschkater direkt eine kleine crostata zum Kosten und ich eine große zum Fotografieren. =)

**Für 12 Stück:**

500 g Dinkelmehl 630

120 g Puderzucker

300 g Butter

1 Prise Salz

1 ganzes Ei + 1 Eigelb

Abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone

1 Glas (ca. 280 g) Lieblingskonfitüre

(1 Eiweiß zum Bestreichen)

Das Mehl mit dem Puderzucker, der Butter und dem Salz (am besten in der Küchenmaschine) zu feinen Bröseln verarbeiten. Das ganze Ei, Eigelb und Zitronenabrieb dazugeben und kurz verarbeiten, bis sich alles zu einem Teig verbindet.

Den Teig halbieren und beide Teile zu großen Scheiben formen. Jeweils in Frischhaltefolie wickeln und kühl stellen. Nach etwa 30 Minuten weiterverarbeiten.

Den Teig 3-4 mm dick ausrollen – ich habe ihn auf Backpapier und mit Frischhaltefolie ausgerollt – und die Form damit

auskleiden. Den überstehenden Teig am Rand abschneiden und fürs Gitter verwenden. Die Konfitüre gleichmäßig auf dem Boden verstreichen. Den übrigen Teig ebenfalls dünn ausrollen, in gleichmäßige Streifen schneiden und die Konfitüre damit belegen. (Wenn der Teig zu warm wird, noch einmal kurz in den Kühlschrank damit! Die Tarte währenddessen am besten auch.) Die Streifen am Rand leicht fest drücken und mit Eiweiß bestreichen.

Die Form dann erneut in den Kühlschrank stellen, bis der Ofen heiß ist.

Den Ofen auf 190 °C vorheizen und die crostata 20-25 Minuten backen, bis sie goldbraun ist.



Der Teig dieser crostata ist unglaublich mürbe und muss nicht mal vorgebacken werden, da die Marmelade nicht so flüssig ist, dass sie den Teig aufweicht. Wenn ihr Teigreste habt, backt Kekse draus – die haben allerdings höchstens eine Backzeit von 5-10 Minuten.

Habt ihr jetzt auch Lust auf ein süßes Stück Italien? Dann ab in die Vorratskammer und an den Kühlenschrank, holt die Teigschüssel raus und legt los! =)

Habt einen genussvollen Feiertag und ein sonniges Wochenende!

Lasst es euch gut gehen.

Eure Judith

---

## Unkomplizierte Bananenwaffeln mit Vollkorn & Kokoszucker



Heute hatte ich bei diesem fantastischen Wetter keine Lust, zu backen oder etwas Aufwändiges zu machen, für das man stundenlang in der Küche steht. Aber ein kleines Sonntagssüß muss ja doch sein. Da ich gestern viele sehr reife Bananen bei einer Foodsharing-Abholung rettete und nicht mehr alle im Fairteiler weitergeben konnte, bot sich natürlich etwas mit Banane an.

Beim kulinarischen Brainstorm kam dann Waffellust auf. Viel zu lange hatte ich mein Waffeleisen nicht aus der Abstellkammer gekramt, also wurde es mal wieder Zeit! Heute naschen wir also Bananenwaffeln mit Dinkelvollkornmehl und Kokosblütenzucker.



Die Bananenwaffeln sind auch ein super Rezept für Kinder, da sie nicht viel Zucker enthalten (und man den Zucker auch weglassen kann). Wie immer schmecken sie mit frisch gemahlenem Mehl am besten, aber gekauftes oder auch Dinkelmehl 1050 tun es genauso gut.

Wem die Waffeln nicht süß genug sind, der kann beim Naschen mit Puderzucker nachhelfen. Nuss-Nugat-Creme schmeckt auch köstlich dazu! =)

### Für 8-10 Waffeln:

2 sehr reife große Bananen  
(oder 3 kleine)  
80 g Kokosblütenzucker  
1 Ei, getrennt  
300 g Dinkelvollkornmehl  
(am besten frisch gemahlen)  
1 TL Backpulver  
30 g geröstete Nüsse, fein gehackt  
2 TL Zimt  
250 ml Milch 1,5 % Fett

Die Bananen schälen und in einer Schüssel mit einer Gabel zerdrücken. Den Zucker dazu wiegen und beides verrühren.

Das Eiweiß steif schlagen und beiseite stellen (oder in den Kühlschrank). Das Mehl mit dem Backpulver, den Nüssen und dem Zimt mischen und dann mit der Milch zum Bananenmix geben und alles gut verrühren. Eine Weile stehen lassen und in der Zwischenzeit das Waffeleisen aufstellen und vorheizen. Etwas Margarine oder Butter und einen Pinsel bereit halten.

Sobald das Eisen heiß ist, den Eischnee unter den Teig heben und das Eisen ganz leicht einfetten. Dann einen großen Löffel Teig pro Waffel hinein geben und einige Minuten backen.

Die Waffeln auf einem Gitter abkühlen lassen und zum Servieren

mit Puderzucker bestäuben.



Wenn man sie zum Frühstück vernascht, könnte man auch Ahornsirup darüber geben, wie man das bei Pancakes tut. Oder man streicht dünn Nuss-Nugat-Creme darauf.

Ich hoffe, euch auch mal wieder Lust auf Waffeln gemacht zu haben und wünsche euch einen genussvollen Sonntag mit genauso viel Sonnenschein wie hier bei uns!

Macht es euch schön!

Eure Judith

---

## Erdbeer-Quark-Schnitten mit Vollkornboden



Die Erdbeerzeit ist für mich kulinärisch eine der schönsten Zeiten. Ich könnte jeden Tag eine ganze Kiste von den roten, saftigen Früchtchen vernaschen! Und natürlich liebe ich es, auch etwas Kreativeres damit zu zaubern.

Gestern habe ich die ruhigen Abendstunden genutzt, um eine neue Rezeptidee auszuprobieren: Erdbeer-Quark-Schnitten mit Vollkornboden.

Den Vollkornboden habe ich von meinen [Nussecken](#) übernommen. Die Erdbeer-Quark-Masse wird nicht gebacken und schmeckt herrlich frisch auf dem nussig-kernigen Boden. Da ich Gelatine nicht mag und noch nie verwendet habe, ist der Erdbeer-Quark mit Agar Agar angedickt.



Ich mag ja bodenständige Kuchen und Gebäck lieber als aufwändige Torten und sehr cremig-sahnige Sachen, weshalb ich die Schnitten auch recht niedrig gemacht habe. Die Quarkschicht sollte nicht zu dick werden.

Wer ein Tortenfan ist, kann natürlich für den Boden eine große runde Springform nehmen und noch einen Becher Sahne mit Sahnesteif schlagen und unter die Quarkmasse heben, nachdem das Agar Agar eingerührt wurde.

Dann werden die bodenständigen Schnitten zur üppigen Erdbeertorte.

Für 1 Backrahmen ca. 25 x 25 cm:

**TEIG**

300 g Dinkelvollkornmehl  
(am besten frisch gemahlen)

80 g Rohrzucker

1 Prise Salz

100 g Butter, gewürfelt

2 Eier

**ERDBEER-QUARK**

400 g Erdbeeren, geputzt

120 g Rohrzucker

740 g Quark ( $\frac{1}{2}$  Mager,  $\frac{1}{2}$  Halb- oder Vollfett)

Saft von 1 Limette

10 g Agar Agar

**DEKOR**

Ca. 15 kleine Erdbeeren, samt Grün halbiert

Für den Teig alle Zutaten in eine Schüssel wiegen und zügig zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in den mit Backpapier ausgelegten und auf ein Blech gesetzten Backrahmen drücken. Wenn man eine kleine Teigrolle hat, kann man ihn dann noch glatt rollen, dann wird er gleichmäßiger.

Den Ofen auf 160 °C Umluft vorheizen und den Teig überall mit einer Gabel einstechen. Den Boden 20 Minuten backen und dann

in der Form abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit 400 g Erdbeeren in einem hohen Becher pürieren, dann den Zucker hinein wiegen und verrühren, sodass er sich auflösen kann.

Ca.  $\frac{1}{4}$  des Pürees in einen kleinen Topf geben, diesen auf die Waage stellen, Tara drücken und dann das Agar Agar dazu wiegen. Mit einem Schneebesen verrühren und alles unter häufigem Rühren zum Kochen bringen. 2 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit den Quark mit dem Limettensaft und dem übrigen Erdbeerpuree verrühren. Die gekochelte Agar Agar-Mischung mit etwas Quarkmasse angleichen (einfach ein paar Löffel Quark in den Topf rühren) und dann den gesamten Topfinhalt zum Quark geben und alles verrühren.

Den Erdbeer-Quark auf den Boden geben und gleichmäßig verteilen. Die Oberfläche mit den Erdbeerhälften dekorieren und den Kuchen für einige Stunden in den Kühlschrank stellen, bis er fest ist.

Zum Servieren beliebig große Schnitten schneiden.

