



## RS Tropischer Apfel-Orangen-Crumble

mit Passionsfrucht und Kokosraspeln



ca. 40min



4 Portionen

Ja, du ahnst es schon: Es ist tatsächlich exakt so lecker, wie es klingt! Exotische Ananas, süße Orange und Apfel, versteckt unter einem knusprigen Crumble mit Cashews und Kokosraspeln und serviert mit einer leichten gesüßten Creme - da bleibt nur eins: Schnapp dir einen Löffel, mach es dir im Liegestuhl bequem und lass die erträumte tropische Sonne deinen Bauch wärmen.

## Was du von uns bekommst

- 1 Dose Ananas
- 3 unbehandelte Orangen
- 2 Äpfel
- 2 Passionsfrüchte
- 300g Weizenmehl<sup>1</sup>
- 100g Cashewkerne<sup>3</sup>
- 50g Kokosraspel
- 2 Becher Crème fraîche<sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 100g Butter<sup>2</sup>
- 7EL Zucker
- Salz

## Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- Küchenwaage
- Sparschälern
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Kochtipp

Das Rezept ergibt 8 Portionen.

### Allergene

Gluten (1), Milch (2), Schalenfrüchte (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1123kcal, Fett 61.5g, Kohlenhydrate 122.2g, Eiweiß 19.4g



**1. Obst schneiden**

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Ananas** in einem Sieb abtropfen lassen, dabei den **Saft** auffangen. Die **Orangen** so schälen, dass auch die weiße Haut entfernt wird, dann vierteln und das **Fruchtfleisch** in ca. 1cm große Stücke schneiden. Die **Äpfel** schälen, entkernen und ebenfalls in ca. 1cm große Stücke schneiden. Die **Passionsfrüchte** halbieren.



**4. Crumble vorbereiten**

Das **Obst** in einer ausreichend großen Auflaufform verteilen und gleichmäßig mit den **Streuseln** bedecken. Nach Belieben mit etwas Zucker bestreuen.



**2. Obst vermengen**

Die **Ananas**-, die **Orangen**- und die **Apfelstücke** mit **4EL Ananassaf**, 4EL Zucker und **2TL Mehl** vermengen. Die **Passionsfrüchte** mit einem kleinen Löffel ausschaben und das **Fruchtfleisch samt Kernen** untermengen.



**3. Streusel vorbereiten**

Die **Cashews** grob hacken. 100g kalte Butter in ca. 1cm große Würfel schneiden. Das **restliche Mehl** mit den **Cashews**, der Butter, 2EL Zucker, 1 kräftigen Prise Salz und 3-4EL Wasser vermengen, dann locker zu groben **Streuseln** verkneten. Nicht zu lange kneten, damit kein glatter Teig entsteht!



**5. Crumble backen**

Den **Crumble** ca. 20Min. auf der mittleren Schiene im Ofen backen. Dann mit den **Kokosraspeln** bestreuen und weitere 1-2Min. backen. Aufpassen, dass die **Kokosraspeln** nicht zu dunkel werden!



**6. Crème fraîche verfeinern**

Inzwischen die **Crème fraîche** mit 1EL Zucker verrühren und bis zum Servieren im Kühlschrank aufbewahren. Den **Crumble** noch warm mit der **Crème fraîche** garniert servieren.