



## APFEL-POLENTA-KUCHEN

### Zutaten (1 Tortenform)

100 g Maisgrieß (Polenta)  
200 g Dinkelmehl  
100 g Vollkornbrösel  
100 g Zucker  
500 ml Milch  
3 Stk. Eier  
50 ml Rapsöl  
600 g Äpfel  
1 Handvoll Rosinen  
Schale von 1 unbehandelten Orange  
Schale von ½ unbehandelten Zitrone  
½ TL Zimt  
Prise Salz



### Zubereitung:

1. Den Backofen auf 180°C Heißluft vorheizen.
2. In einer Schüssel Maisgrieß, Mehl und Vollkornbrösel und Zucker vermischen.
3. In einer zweiten Schüssel Eier, Milch, Öl mit dem Schneebesen gut verrühren.
4. Äpfel waschen, achteln, das Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden.
5. Die flüssige Masse zu den trockenen Zutaten geben und mit dem Schneebesen gut verrühren.
6. Äpfel, Rosinen, Zimt, Salz und die Orangen- bzw. Zitronenschalen zugeben und alles gut verrühren.
7. Den Teig in die befettete Springform füllen und im Ofen ca. 60 Minuten backen.
8. Da der Kuchen zur Ende der Backzeit schon etwas dunkler werden könnte, kann er mit Alufolie abgedeckt werden.
9. Weitere 15 Minuten fertig backen.

Der Teig sieht vor dem Backen sehr flüssig aus, dies ist aber normal und wird beim Backen fester.