

Apfel-Birnenspalten mit Walnüssen in Vanillesauce (2 Personen)

Zutaten:

1 Apfel
1 Birne
50 g Walnüsse
50 g Rosinen
1 Becher Sojapudding (Vanille)
1 EL Raps-Kernöl
1 EL Apfelsaft
etwas gemahlener Zimt

Zubereitung:

Apfel und Birne schälen und in Spalten schneiden.

In einer Schüssel mit Öl und Zimt marinieren.

In eine Pfanne geben und bei leichter Hitze ca. 10 Minuten auf beiden Seiten braten.

Nach 5 Minuten gehackte Walnüsse und Rosinen hinzugeben. Sojapudding mit etwas Apfelsaft gut verrühren. Gegen Schluss zu den Äpfeln geben.

