

Apfelkuchen vom Blech

Ein Rührteig ohne Mixer, Apfelspalten in Reihen, Zimtzucker obendrauf. Der Herbstkuchen, bei dem Kinder vom Rühren bis zum Streuen fast alles selbst machen.

ALTER	DAUER	MATERIAL	SAUEREI
ab 3 Jahren	30 Min + 30–40 Min Ofen	Nur Haushaltsmaterial	mittel

Das braucht ihr

☐ **6 säuerliche Äpfel**

Nimmt mittelgroße, feste Äpfel, zum Beispiel Boskop, Elstar oder Cox Orange. Sie ergeben den Belag, nicht den Teig.

☐ **2 EL Zitronensaft**

Gebt ihn gleich nach dem Schneiden über die Apfelspalten, damit sie hell bleiben.

☐ **4 Eier**

Größe M. Nach dem Aufschlagen wäscht ihr euch die Hände. Warum, steht unter „Sicherheit“.

☐ **180 g Zucker**

Weißer Zucker für den Teig.

☐ **150 ml neutrales Öl**

Sonnenblumen- oder Rapsöl. Mit dem Öl gelingt der Teig ohne Mixer.

☐ **150 ml Milch**

Ihr könnt Kuhmilch oder einen Pflanzendrink nehmen, beides geht.

☐ **350 g Mehl**

Weizenmehl Type 405.

☐ **1 Päckchen Backpulver**

Kommt zusammen mit dem Mehl in den Teig.

☐ **2 EL Zucker zum Bestreuen**

Wird mit dem Zimt gemischt und kommt zum Schluss über die Äpfel.

☐ **1 TL Zimt**

Gemahlener Zimt, für den Zimtzucker.

☐ **1 Backblech mit Backpapier**

Oder die kleinere Form für die halbe Menge. Das Backpapier sorgt dafür, dass sich der Kuchen später gut löst.

☐ **1 große Schüssel und 1 Schneebesen**

Die Schüssel sollte so groß sein, dass beim Rühren nichts überschwappt.

☐ **1 Messer und 1 Brett**

Zum Schälen, Vierteln und Schneiden der Äpfel. Damit arbeiten nur die Erwachsenen.

☐ **Für den Tisch**

Ein Teigschaber zum Glattstreichen, ein Schälchen für den Zimtzucker, ein langes Holzstäbchen für die Garprobe und ein Kuchengitter oder Holzbrett für das heiße Blech.

So geht's

1 Blech auslegen Erwachsene + Kind

Ein Erwachsener heizt den Ofen vor: **180 °C Ober-/Unterhitze** oder **160 °C Umluft**. Währenddessen legt euer Kind das Backpapier auf das Blech und streicht es glatt, bis es überall flach aufliegt.

2 Äpfel in Spalten schneiden Erwachsene

Schält die Äpfel, viertelt sie und schneidet das Kerngehäuse heraus. Jedes Viertel halbiert ihr noch einmal der Länge nach, so entstehen schmale Spalten. Die Spalten kommen in eine Schüssel.

Messer und Brett bleiben bei euch Erwachsenen und kommen danach gleich außer Reichweite. Den Zitronensaft über die Spalten träufeln und die Schüssel schwenken kann dann euer Kind.

3 Teig rühren Kind

Euer Kind gibt Eier, Zucker, Öl und Milch in die große Schüssel. Dann verrührt es alles mit dem Schneebesen, bis sich die Zutaten verbunden haben. Danach kommen Mehl und Backpulver dazu, und es rührt weiter.

Rührt nur so lange, bis keine Mehlklümpchen mehr zu sehen sind. Der Teig soll glatt werden, nicht schaumig. Nascht nicht vom rohen Teig, und wascht euch nach dem Rühren die Hände.

4 Teig aufs Blech streichen Erwachsene + Kind

Ein Erwachsener hält die Schüssel und lässt den Teig auf das Blech laufen. Euer Kind verteilt ihn mit dem Teigschaber, bis er überall gleich dick ist und bis in die Ecken reicht.

Keine Sorge, wenn die Oberfläche bei euch nicht makellos aussieht. Es reicht, wenn nirgends das Backpapier durchscheint.

5 Apfelspalten in Reihen legen Kind

Euer Kind legt die Apfelspalten Reihe für Reihe auf den Teig, dicht nebeneinander, und drückt jede leicht an. Beim Reihenlegen kann es zählen und Lücken schließen. Dieser Schritt gehört ganz euren Kindern.

Die Spalten sind zum Belegen da, nicht zum Knabbern. Wenn ihr Kleinkinder dabei habt, sind rohe, harte Apfelstücke für sie ein Verschluckrisiko.

6 Zimtucker streuen Kind

Euer Kind mischt Zucker und Zimt in einem Schälchen und streut die Mischung gleichmäßig über die Äpfel. Was auf dem Teig zwischen den Spalten landet, darf dort bleiben.

7 Kuchen backen Erwachsene

Ein Erwachsener schiebt das Blech auf mittlerer Schiene in den vorgeheizten Ofen. Nach **30 bis 40 Minuten** ist der Kuchen meist fertig. Wie lange genau, hängt an der Blechgröße, der Teighöhe und eurem Ofen.

Rezepte für Apfelkuchen vom Blech nennen Backzeiten zwischen 20 und 45 Minuten und Temperaturen zwischen 175 und 200 °C Ober-/Unterhitze. Die Einstellung aus Schritt 1 liegt in diesem Bereich. Verlasst euch lieber auf die Probe im nächsten Schritt als auf die Uhr.

8 Stäbchenprobe machen Erwachsene + Kind

Nach 30 Minuten prüft ihr zum ersten Mal. Ein Erwachsener sticht ein langes Holzstäbchen in die Mitte des Kuchens und zieht es wieder heraus. Euer Kind schaut nach: Klebt noch feuchter Teig daran, bleibt der Kuchen noch einige Minuten im Ofen. Ist das Stäbchen sauber, ist er fertig.

Dann holt einer von euch Erwachsenen das Blech heraus und stellt es auf ein Kuchengitter oder ein Holzbrett.

9 Auskühlen lassen, dann schneiden niemand – Geduld

Lasst den Kuchen auf dem Blech auskühlen. Solange es warm ist, fasst nur ihr Erwachsenen das Blech an. Erst wenn der Kuchen abgekühlt ist, schneidet ein Erwachsener ihn in Stücke. Dann holt sich bei euch jeder sein erstes Stück selbst vom Blech.

Gelingt sicher

Rühren, nicht schlagen

Sobald das Mehl im Teig ist, rührt ihr nur noch so lange, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind. Wenn ihr danach lange weiterrührt, wird der Kuchen kompakt und fest statt locker.

Säuerliche Äpfel

Boskop, Elstar und Cox Orange werden für Apfelkuchen immer wieder genannt. Mit ihnen setzt ihr dem süßen Teig ein säuerliches Aroma entgegen.

Zitrone gegen braune Spalten

Geschnittene Äpfel werden an der Luft schnell braun. Wenn ihr gleich nach dem Schneiden etwas Zitronensaft darübergebt, bleiben sie hell, bis sie auf dem Teig liegen.

Früher prüfen als gedacht

Die Backzeit hängt an eurer Form: ein kleineres Blech, ein dünnerer Teig, ein anderer Ofen. Macht die Stäbchenprobe deshalb lieber einmal zu früh als zu spät.

Sicherheitshinweise

- Rohen Teig nicht naschen. Das Bundesinstitut für Risikobewertung rät davon ab, ungebackenen Kuchenteig zu essen, und kleine Kinder sollten ihn grundsätzlich meiden. Über rohe Eier können Salmonellen in den Teig gelangen, über Mehl krankmachende E.-coli-Bakterien. Erst das Durchbacken tötet sie sicher ab.
- Nach dem Aufschlagen der Eier und nach dem Rühren Hände gründlich mit Wasser und Seife waschen, ebenso Schüssel, Schneebesen und Arbeitsfläche reinigen.
- Ofen und Blech sind Erwachsenensache. Der Backofen gehört zu den typischen Quellen für Verbrennungen bei Kindern in der Küche; Fachstellen raten, Kinder etwa bis zum achten Lebensjahr vom heißen Ofen fernzuhalten.
- Das Schneiden der Äpfel übernimmt ein Erwachsener. Kinder lernen den Umgang mit dem Messer ab etwa drei Jahren unter Aufsicht, und zwar zuerst mit einem stumpfen Messer an weichen Lebensmitteln wie Banane.
- Rohe Apfelspalten nicht Kleinkindern zum Knabbern geben. Harte, rohe Obststücke gehören zu den Lebensmitteln, an denen sich kleine Kinder leicht verschlucken.

Bitte selbst einschätzen: Wir recherchieren jede Idee sorgfältig und prüfen sie vor der Veröffentlichung. Wie geübt euer Kind ist und wie es bei euch zu Hause aussieht, können wir aber nicht wissen: Die Aufsicht und die Entscheidung, ob eine Idee zu eurem Kind passt, liegen bei euch. Dass etwas gelingt, können wir nicht garantieren. Es gelten unsere AGB, weekend-willi.de/agb.