

# Apfelschnitz und Kräutertee

Trocknen und Dören -  
Rezepte



agriidea

ENTWICKLUNG DER LANDWIRTSCHAFT UND DES LÄNDLICHEN RAUMS  
DÉVELOPPEMENT DE L'AGRICULTURE ET DE L'ESPACE RURAL  
Sviluppo dell'agricoltura e delle aree rurali  
DEVELOPING AGRICULTURE AND RURAL AREAS

# **selbstgemacht – eingemacht – feingemacht**

## **Verarbeitung von Lebensmitteln für die Selbstversorgung**

Das Gesamtwerk zum Thema Selbstversorgung ist als Ordner erhältlich.  
Er enthält sämtliche Einzelkapitel mit einer Fülle von erprobten Rezepten sowie Arbeitsvorlagen.  
Sämtliche Kapitel des Ordners sind auch einzeln als Broschüren verfügbar.  
Ordner und Broschüren können bei der AGRIDEA bestellt werden.

Download der Rezeptdateien und Arbeitsunterlagen unter [www.agripedia.ch](http://www.agripedia.ch)

# Inhaltsverzeichnis

## Apfelschnitz und Kräutertee – Trocknen und Dören

Zimt-Apfel-Chips	3
Schokolade-Apfelringe	3
Dörrfruchtsauce	4
Reisköpfchen mit Dörrfruchtsauce	5
Dörrapfelcrème	6
Dörrzwetschgenmousse	6
Dörrkompott oder Dörrfruchtsalat	7
Dörrobstwähre	8
Toggenburger Dörrobstfladen (Schlorzifladen)	9
Strudel mit Dörrobstfüllung	10
Greyerzer mit Dörrfrüchten	11
Schnitz und Drunder	12
Knuspermüesli (Granola)	13
Riegel	14
Energieriegel	14
Fruchtleder	15
<b>Tee</b>	16
Morgenfrischtee	16
Vieruhrtee	16
Feierabendtee	17
Apfelschalentee	17
Beliebte Teemischungen	18

ABKÜRZUNGEN							
kg	Kilogramm	cl	Centiliter	Std.	Stunden	Bt.	Beutel
g	Gramm	EL	Esslöffel	Msp.	Messerspitze	P.	Paket
l	Liter	KL	Kaffeelöffel	Ø	Durchmesser	Ta.	Tasse
dl	Deziliter	Min.	Minuten	Stk.	Stück	Zw.	Zweig





# Apfelschnitz und Kräutertee – Trocknen und Dörren

## Zimt-Apfel-Chips

4	Äpfel	in feine Scheiben hobeln, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen
$\frac{1}{2}$ KL	Puderzucker Zimt	mit wenig Puderzucker und Zimt bestreuen

### Trocknen

Im Ofen bei 100 °C, 1–2 Std.  
Im ausgeschalteten, geöffneten Ofen auskühlen lassen

### Lagerung, Haltbarkeit

Kühl und trocken aufbewahren, 3–4 Wochen.

## Schokolade-Apfelringe

getrocknete Apfelringe  
oder Apfelschnitze

1 Bt.	dunkle Tortenglasur oder Kuvertüre	nach Anleitung im Wasserbad schmelzen
-------	---------------------------------------	---------------------------------------

Die getrockneten Apfelstücke zur Hälfte in die Tortenglasur eintauchen, kurz abtropfen, auf Backpapier trocknen lassen

### Variante

Andere Dörrfrüchte verwenden.

## Dörrfruchtsauce

### **Vorbereitungen**

100 g Dörrfrüchte über Nacht in 2 dl kaltem Wasser einweichen.

### **Zubereitung**

100 g	Dörrfrüchte, eingeweicht	mit der Flüssigkeit aufkochen und pürieren
2–3 EL	Zucker	
1–2 EL	Kirsch oder Obst- branntwein	beigeben, die Sauce warm oder kalt servieren

### **Bemerkung**

Die Sauce passt zu Mousses, Köpfchen oder Glace.

## Reisköpfchen mit Dörrfruchtsauce

Für 6 Förmchen à ca. 1 ½ dl Inhalt

### Vorbereitungen

2 Blatt Gelatine in viel kaltem Wasser einweichen.  
Förmchen mit kaltem Wasser ausspülen.

### Reisköpfchen

1 l	Milch	
½ KL	Salz	
½ KL	Vanillezucker	
½	unbehandelte	
	Zitronenschale, abgerieben	
150 g	Rundkornreis	alle Zutaten unter Rühren aufkochen, Hitze reduzieren und leicht zugedeckt ca. 30 Min. köcheln, ab und zu umrühren Pfanne vom Herd nehmen
2 Blatt	eingeweichte Gelatine	ausdrücken und sofort unter den heißen Reis mischen, unter Rühren auflösen
50 g	Zucker	
50 g	Mandeln geschält, gemahlen	zugeben, mischen, kühl stellen, bis die Masse am Rand leicht fest ist, dann glatt rühren
1,8 dl	Rahm, geschlagen	darunter ziehen, die Masse in die kalt ausgespülten Förmchen füllen Im Kühlschrank mindestens 3 Std. fest werden lassen

### Dörrfruchtsauce

150 g	Dörrobst: Äpfel oder Aprikosen, grob zerkleinert	
3 dl	Süssmost oder Apfelwein	
3–4 dl	Wasser	zusammen aufkochen, 10 Min. köcheln, im Mixer pürieren
2 EL	Honig oder Birnel	
ev. 1 EL	Zucker	
½ KL	Vanillezucker	zugeben, mischen, warm oder kalt servieren

### Servieren

Das Reisköpfchen kurz in heißes Wasser tauchen, den Rand lösen, auf einen Teller stürzen. Die Sauce dazu servieren.

### Bemerkung

Bei der Verwendung von Süssmost, die Zuckermenge halbieren.

## Dörrapfelcrème

300 g	Apfelringe, gedörrt	
4 dl	Weisswein	aufkochen, ca. 10 Min. leicht köcheln, bis nur noch wenig Flüssigkeit übrig bleibt Durchs Passevite treiben oder im Mixer pürieren, auskühlen lassen
150 g	Halbfett- oder Vollmilchquark	
180 g	Naturjogurt	
4 EL	Birnel, Zucker oder Honig	
½ P.	Vanillezucker	mischen, kaltes Dörrobstpuree zugeben, mischen
2 dl	Rahm oder Halbrahm, geschlagen	darunterziehen, bis zum Servieren kühl stellen

## Dörrzwetschgenmousse

1 Tasse à 2 ½ dl Dörrzwetschgen mit ½ Liter Rotwein oder Traubensaft und wenig Zwetschgenschnaps nach Belieben über Nacht einweichen.

### Zubereitung

eingeweichte Dörrzwetschgen mit Rotwein oder Traubensaft	
3 EL Zucker oder Vollrohrzucker	
1 KL Agar-Agar	zugeben und zusammen aufkochen, 2 – 3 Min. köcheln lassen Grob pürieren und auf ca. 45 °C abkühlen lassen
2 dl Rahm	steif schlagen
100 g Vollmilch- oder Halbfettquark oder Naturjogurt	zugeben, unter die abgekühlte Masse ziehen und erkalten lassen Vor dem Servieren 1 Std. in den Tiefkühler stellen Mit einem Glacelöffel oder 2 Esslöffeln Kugeln stechen
Nüsse fein gehackt, geröstet	garnieren

### Variante

- Agar-Agar durch Gelatine ersetzen: 3 Blatt Gelatine in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken, unter das heiße Zwetschgenpuree rühren, auskühlen lassen, dann Rahm und Quark darunterziehen.
- Geliermittel weglassen, dann gibt es eine Crème statt ein Mousse.

## Dörrobstkompott oder Dörrfruchtsalat

100 g	Apfelringe, gedörrt	
100 g	Dörrzwetschgen	in ca. ½ cm breite Streifen schneiden
50 g	gedörrte Kirschen, ganz	
3 dl	Süssmost	
1 dl	Wasser	
½	Zitrone, Saft	
1	Zimtstange	
ev. 1 Msp.	Nelkenpulver	
ev. 1–2 EL	Honig	alle Zutaten zusammen aufkochen, 8 -10 Min. köcheln, Zimtstange entfernen, kalt servieren
1 dl	Rahm	flaumig schlagen und dazu servieren

### Variante

- Süssmost und Wasser durch 4 dl Schwarztee ersetzen.
- Andere Dörrfrüchte verwenden.
- Rahm durch Vanille- oder Zimtglace ersetzen.

# Dörrobstwähе

Für ein rundes Kuchenblech von 24 – 26 cm Ø

## Vorbereitungen

400 g Dörrfrüchte in ½ Liter Süssmost 12 Std. einweichen.

## Mandelmürbeteig

270 g	Mehl	
100 g	Mandeln, gemahlen, geschält	
1 Prise	Salz	
4–5 EL	Zucker	
1 Prise	Backpulver	in eine Schüssel geben, mischen
150 g	Butter, kalt	in Stücke schneiden, sorgfältig verreiben, bis die Masse gleichmässig fein ist
1	Ei	
1	Eiweiss	
6–8	EL Wasser oder Milch	mischen, zugeben, gut durchmischen, rasch zu einem mässig feuchten, kompakten Teig zusammen fügen, nicht kneten Zugedeckt mindestens 30 Min. kühl stellen ⅔ des Teiges auswollen, Blech belegen, den Teig ca. 1 cm über den Blechrand hochziehen Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen Restlicher Teig für die Garnitur beiseitelegen

## Belag

400 g	Dörrfrüchte, ohne Einweich-Saft	klein schneiden
200 g	Baumnüsse	hacken
4 EL	Rahm	
¼ KL	Zimt	
¼ KL	Nelkenpulver	beigeben, mischen, Masse auf den Teig streichen Restlicher Mürbeteig 3 mm dick auswollen, in 1 ½ cm dicke Streifen schneiden, diese gitterartig auf die Füllung legen, Teigrand gegen innen umlegen
1	Eigelb, zerklopft	
1 EL	Wasser oder Milch	beigeben, gut verrühren, Teig damit bestreichen

## Backen

In der unteren Hälfte des auf 220 °C vorgeheizten Backofens ca. 30 – 40 Min.

## Haltbarkeit

Die Dörrobstwähе lässt sich im Kühlschrank in Alufolie eingewickelt bis zu 10 Tagen aufbewahren.

# Toggenburger Dörrobstfladen (Schlorzifladen)

## Vorbereitungen

400 g Dörrbirnen über Nacht in 4 dl Wasser, Süßmost oder Traubensaft einweichen.  
Kuchenblech von 28 cm Ø einfetten.  
Als Boden Hefeteig oder Kuchenteig zubereiten.

## Hefeteig

250 g	Mehl	in eine Schüssel sieben
1 EL	Zucker	
½ KL	Salz	zugeben, mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken
5 g	Hefe	zerbröckeln, in die Mehlmitte geben
30 g	Butter, weich	beigeben
1 dl	Milch	alle Zutaten zu einem schönen, glatten Teig kneten, zugedeckt 1 Std. aufgehen lassen auswallen, vorbereitetes Blech belegen und Teigboden mit der Gabel einstechen

## Füllung

400 g	Dörrbirnen	Birnen mit der Einweichflüssigkeit weich kochen und passieren
1 EL	Anis	leicht rösten, zerdrücken
1 KL	Zimt	
½ EL	Birnbrotgewürz	
4 EL	Zucker	
4 EL	Obstbranntwein	beigeben, zu den passierten Birnen geben, gut vermischen und auf den Teigboden streichen

## Backen

Ofenmitte  
200 °C  
15 Min.

## Guss

2 EL	Mehl	
1 Prise	Salz	
2	Eier	
2 dl	Rahm	alles miteinander verrühren und auf die vorgebackenen Wähe giessen

## Backen

Ofenmitte  
200 °C  
15 – 20 Min.

## Bemerkung

Dieser Fladen (Wähe) ist eine Spezialität, die vor allem im Obertoggenburg am Silvesterabend gegessen wird. Auch die Appenzeller kennen diese Spezialität.

# Strudel mit Dörrobstfüllung

## Strudelteig

250 g	Dinkelweissmehl	in eine Schüssel geben
¾ KL	Salz	darunter mischen, in der Mitte eine Mulde formen
1	Ei	
3 EL	Öl	
4–5 EL	Wasser	
1 EL	Essig oder Zitronensaft	in die Mulde geben, Mehl mit der Flüssigkeit von der Mitte aus anrühren, Teig kneten, bis er geschmeidig und glatt ist Unter heiss ausgespülter Schüssel oder in einem Tiefkühlbeutel gut verschlossen im Kühlschrank 30 Min. ruhen lassen Nach dem Ruhenlassen soll der Teig nicht mehr geknetet werden, da er sich sonst beim Auswallen immer wieder zusammenzieht

## Füllung

200 g	Dörrfrüchte	zerkleinern
50 g	Sultaninen, gewaschen	
1 dl	Rotwein	
1 dl	Wasser	in einer Pfanne aufkochen, zugedeckt 1 Std. einweichen lassen, Restflüssigkeit abgießen
200 g	Quark	
1 dl	Sauerrahm oder Crème fraîche	
1 Ei		
1 KL	Zimt	
100 g	Baumnüsse, grob gehackt	
evtl. 2 EL	Honig oder Birnel	mischen, Dörrfrüchte dazugeben und gut mischen
ca. 80 g	flüssige Butter	zum Bestreichen des fertig geformten Strudels
ca. 4 EL	Paniermehl oder Nüsse, gemahlen	

## Strudel formen

Strudelteig auf gut bemehltem Küchentuch sehr dünn auswallen und seidenpapier-dünn ausziehen, bis er überall durchscheinend ist.  
Das Küchentuch mit einer Längskante an die Tischkante legen, den Teig mit flüssiger Butter bestreichen, mit Paniermehl oder gemahlenen Nüssen bestreuen.  
Die Füllung auf das untere Viertel des Teiges verteilen, an den Seiten 3 – 4 cm breit frei lassen. Die schmalen Teigkanten rechts und links einlegen. Den Strudel mit Hilfe des Küchentuches von der langen Seite her einrollen. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Je nach Strudellänge leicht biegen oder in Hufeisen-form bringen. Mit flüssiger Butter bepinseln und mit einer Gabel mehrmals einstechen.

## Backen

Den Strudel im vorgeheizten Backofen bei 220 °C 30 – 40 Min. backen. Während und nach dem Backen nochmals mit flüssiger Butter bestreichen.

## Greyerzer mit Dörrfrüchten

100 g	Dörrfrüchte gemischt, z.B. Äpfel, Birnen, Zwetschgen
1 dl	Rotwein
1 dl	Wasser
½ KL	Zimt
wenig	Nelkenpulver
wenig	Pfeffer aus der Mühle
1 KL	Honig oder Rohzucker
	zusammen aufkochen, über Nacht einweichen, mit dem Wiegemesser zerkleinern Mit zwei Kaffeelöffeln Nocken formen
8 Scheiben	Greyerzer, dünn Baumnussviertel oder grob gehackte Haselnüsse
	Nocken auf die Greyerzerscheiben legen darüber streuen

### Verwendung

Als Apéro oder Vorspeise, zum Dessert.

## Schnitz und Drunder

### Vorbereitungen

300 g gedörrte Apfelschnitze über Nacht in Wasser einweichen.

### Zubereitung

1 EL	Butter	
1 EL	Mehl	
1 EL	Zucker	leicht rösten
2–3 dl	Einweichwasser der Äpfel	ablöschen, die eingeweichten Apfelschnitze zugeben
250 g	Speck, geräucht	darauf legen, zugedeckt ca. 45 Min. kochen
0,8–1 kg	Kartoffeln	schälen, in Würfel schneiden, zugeben
½ KL	Salz	würzen, evtl. noch etwas Flüssigkeit dazugeben Zugedeckt nochmals 20 – 30 Min. köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind

### Variante

Anstelle von Apfelschnitzen, gedörrte Birnenschnitze oder Apfel- und Birnenschnitze zu gleichen Teilen verwenden.

## Knuspermüesli (Granola)

Ergibt 650 g

150 g	Haferflocken, grob	
150 g	Haferflocken, fein	
50 g	Sonnenblumenkerne	
25 g	Sesamsamen	
50 g	Haselnüsse ganz oder grob gehackte Baumnüsse	in einer grossen Pfanne oder auf einem Blech im Backofen bei 180 °C rösten, bis die Zutaten leicht bräunen und gut riechen
50 g oder 1 dl	Butter Öl	
50 g	Honig oder Birnel	
2 EL	Wasser	
2 Prisen	Salz	
1 KL	Vanillezucker oder -mark	
50 g	Sultaninen oder andere Dörrfrüchte, klein geschnitten	in einer grossen Schüssel mischen, die warme Flockenmischung zugeben, gut mischen, in die Schüssel pressen und erkalten lassen, es sollen sich Klumpen bilden In luftdichte Gläser oder Dosen abfüllen

### Haltbarkeit

2 – 3 Monate

### Verwendung

Mit kalter Milch oder Jogurt übergossen und frischen Früchten gemischt, eignet sich das Knuspermüesli zum Frühstück oder als Zwischenverpflegung.

## Riegel

Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen.

1 EL	Butter	
100 g	Honig oder Birnel	in einer Pfanne erhitzen, bis der Honig schäumt
6 EL	Rosinen	
60 g	Nüsse, gehackt	
5 Stk.	Aprikosen, getrocknet	fein schneiden
5 Stk.	Apfelschnitze, getrocknet	fein schneiden
200 g	Haferflocken oder Flockenmischung	dazu geben und gut mischen

### Backen

Ofenmitte  
200 °C  
15 – 20 Min.  
noch warm in Stängel schneiden  
Auf dem Backblech auskühlen lassen, bis die Stängel hart sind

### Haltbarkeit

Gut verschlossen etwa 3 Wochen.

## Energieriegel

Backblech einfetten oder mit Backpapier belegen

100 g	Butter	
100 g	Ahornsirup	
100 g	Rohzucker	
2 Prisen	Salz	in einer Pfanne kurz aufkochen, Pfanne vom Herde nehmen
50 g	Nüsse, gehackt	
100 g	Aprikosen, getrocknet	fein schneiden
50 g	Kernenmischung	
150 g	Haferflocken oder Flockenmischung	dazu geben und gut mischen

### Backen

Ofenmitte  
160 °C  
ca. 30 Min.  
Auf dem Backblech auskühlen lassen, in ca. 16 gleich grosse Riegel schneiden

### Haltbarkeit

Gut verschlossen etwa 3 Wochen.

## Fruchtleder, getrocknet

Aus verschiedenen Früchten, z.B. Äpfel, Zwetschgen, Aprikosen, Beeren  
Für 1 quadratisches Backofenblech ca. 30 × 40 cm

### Vorbereitungen

Alle Zutaten und Arbeitsgeräte bereitstellen

### Zubereitung am Beispiel Apfel

2–3 Stk  
evtl. ½ dl

Äpfel waschen, schälen, in Stücke schneiden  
Wasser zugeben, Äpfel weichkochen und pürieren  
(Wasser nur bei Bedarf zugeben)

evtl. wenig

Zucker oder Honig  
und/oder Zimt

beigeben, gut mischen

Blech mit einem Blechreinpapier belegen und das Mus dünn  
darauf ausstreichen

Mus im Backofen bei 60–70 °C/Heissluft  
ca. 4–8 Stunden trocknen

Den Backofen ab und zu einen Spalt öffnen,  
damit der Wasserdampf entweichen kann  
Das Fruchtleder muss sich am Ende gut vom  
Blechreinpapier lösen

Fruchtleder etwas abkühlen lassen, aufrollen und  
mit der Schere in Streifen schneiden

### Bemerkungen

Überreife, jedoch einwandfreie Früchte können zu Fruchtleder verwertet werden

Sehr süsse Früchte können mit etwas Zitronensaft aromatisiert werden

Bei saftigen Früchten muss kein zusätzliches Wasser beim Aufkochen zugefügt werden

Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren werden nicht gekocht, sondern frisch püriert  
und entkernt

Verschiedene Früchte können gemischt werden

Fruchtleder kann auch auf dem Dörrex oder in einem Trocknungsschrank getrocknet  
werden, auch bei diesen Varianten wird ein Blechreinpapier verwendet

Je höher der Wassergehalt, je länger die Trocknungszeit

Je nach Dicke des aufgestrichenen Fruchtmuses kann die Trocknungszeit länger dauern

Das Fruchtleder kann auch zuerst in Stücke geschnitten und dann gerollt werden

### Haltbarkeit

3 Monate

## Tee

Siehe Kapitel / Broschüre Apfelschnitz und Kräutertee – Trocknen und Dörren, 9. Trocknen von Kräutern, Blüten und Blättern und 10. Trocknen von Früchten für Tee

## Morgenfrische-Tee

Brennesseln  
Birkenblätter  
Pfefferminze  
Ringelblumen  
Kornblumen

in einen feuerfesten Krug geben

1 l Wasser aufkochen, über die Teemischung giessen, 6 – 8 Min. ziehen lassen  
Honig oder Birnel Tee nach Belieben süßen

## Vieruhrtee

getrocknete Apfel- und Birnenstücke in kleine Stücke schneiden

Zitronenmelisse  
Himbeerblätter  
Hagebutten  
Lindenblüten

1 l Wasser in eine Pfanne geben, zusammen aufkochen und 10 Min. köcheln lassen  
Honig oder Birnel Tee nach Belieben süßen

## Feierabendtee

	Zitronenmelisse Waldmeister Frauenmantel Goldmelisse Holunderblüten	in einen feuerfesten Krug geben
1 l	Wasser	aufkochen, über die Teemischung giessen, 6 – 8 Min. ziehen lassen
	Honig oder Birnel	Tee nach Belieben süßen

## Apfelschalentee

1	getrocknete Apfelschalen	
1 – 2	Zimtstange	
1	Nelken	
1	Sternanis oder	
1	kleines Stück Ingwer, nach Belieben	mit kaltem Wasser aufsetzen, aufkochen und 15 Min. köcheln lassen Tee absieben
wenig	Süßmost, Birnendicksaft oder Honig Zitronensaft	Tee nach Belieben süßen beifügen

## Beliebte Teemischungen

Holunderblüten

Malvenblüten

Pfefferminze

1	Wasser	in eine Pfanne geben, zusammen aufkochen und 10 Min. köcheln lassen
	Honig oder Birnel	Tee nach Belieben süßen

### Variante

- Marokkanische Minze, Pfefferminze, Zitronenthymian, Ringelblumen, Kornblumen, Lindenblüten, Stockrosen, Königsckerzen.
- Himbeerblätter, Brombeerblätter, Thymian, Holunderblüten, Schlüsselblumen, Gänseblümchen.
- Frauenmantel, Spitzwegerich, Holunderblüten, Kamillen, Malvenblüten, Kornblumen.
- Goldmelisseblätter, Kornblumenblüten, Zitronenverveine, Himbeerblätter.
- Lindenblüten, Stockrosen, Apfelminze, Holunderblüten.
- Lindenblüten, Pfefferminzen, Ringelblumen, Goldmelissen.