

Apfel-Karotten-Mus

Zutaten:

- 800g Äpfel
- 200 g Karotte
- 1 EL Zucker
- 1 EL Honig
- 1/8 Liter Apfelsaft
- 1 Vanilleschote (optional)
- ggf. etwas Zitronensaft

Anleitung:

1. Äpfel schälen und entkernen. Anschließend achteln.
2. Karotten schälen und klein schneiden.
3. Zucker in einem heißen Kochtopf schmelzen, bis er karamellisiert.
4. Äpfel und Karotten hinzufügen, Hitze reduzieren und alles kräftig verrühren bis sich der Zucker vom Topfboden löst.
5. Apfelsaft dazu gießen und mit geschlossenem Deckel kochen lassen, bis die Äpfel und Möhren weich sind.
6. Anschließend die Masse pürieren oder klein stampfen. (Vanilleschote vorher entfernen!)
7. Abschmecken. Fertig.