

# BANANA PIE APFEL-ZIMTSCHNECKEN

Banana Pie, Apfel & Zimt – Das perfekte Soul-Food für regnerische Herbsttage!

**Portionen:** 8

**Zubereitungszeit:** 20 Minuten

**Ruhe- & Backzeit:** 2 Stunden

## ZUTATEN

### Teig:

- 250g Mehl
- 15g Hefe
- 40g Zucker
- 125ml Milch
- 1/2 TL Salz
- 1 Ei
- 40g Butter
- 1 Banana Pie + 80ml Milch
- 1 Apfel
- optional: karamellisierte Nüsse

## ZUBEREITUNG

1. Bereite den Hefeteig zunächst wie folgt vor: Gib Salz in Deine Rührschüssel, bevor Du Mehl, und Hefe hinzugibst. Erwärme Milch und Butter gemeinsam in der Mikrowelle, bis Du eine lauwarmlige Butter-Milch-Mischung erhältst. Gib die Flüssigkeit zu den trockenen Zutaten und füge 1/2 Ei hinzu. Knete den Teig mithilfe eines Standmixers oder Handrührgerätes, bis sich der Teig vom Rand der Schüssel löst.
2. Gib den Teig in die Rührschüssel, decke ihn mit einem Küchentuch ab und lasse ihn an einem warmen Ort 60-90 Minuten gehen, bis sich das Teigvolumen in etwa verdoppelt hat.
3. Schneide den Apfel in ganz dünne Spalten.
4. Nimm den Teig aus der Rührschüssel und schlage ihn auf Deiner Arbeitsfläche, bis sich kleine Risse innerhalb des Teiges gebildet haben. Rolle ihn dann zu einem Rechteck aus.
5. Mixe in Deinem Vejo einen Banana Pie Blend mit 80ml Milch Deiner Wahl. Gib den gemixten Blend auf Deine ausgerollte Teigplatte und schneide gleichmäßige Streifen.
6. Platziere die Apfelspalten sich leicht überlappend auf den Teigstreifen und rolle sie zu kleinen Schnecken ein.
7. Gib die Apfelrosen in ein Muffinblech und bestreibe sie mit dem restlichen halben Ei (und ggf. karamellisierten Nüssen).
8. Heize den Backofen auf 200°C Umluft vor und lasse die Apfelrosen erneut 20 Minuten gehen, bis der Ofen heiß ist. Backe die Apfelrosen ca. 25-30 Minuten und lasse sie Dir noch lauwarm schmecken!



### VEJO SCIENCE FACT

*Der Banana Pie Blend von liefert Dir ganze 6 g Protein. Zudem enthält er wertvolle Ballaststoffe, die Deine Darmgesundheit und Dein Immunsystem unterstützen.*