



### Schritt 1:

Apfel waschen und das Kerngehäuse mit einem Messer oder Apfelausstecher entfernen.

### Schritt 2:

Die Öffnung mit Rosinen, Nüssen, Zimt und Zucker/Honig füllen. Ein kleines Stück Butter oben auf die Füllung setzen.

### Schritt 3:

Den Apfel in eine mikrowellengeeignete Schale setzen.

### Schritt 4:

Für 2–3 Minuten in die Mikrowelle, bis der Apfel weich ist (je nach Mikrowelle etwas länger).

## Bratapfel aus der Mikrowelle



### Zutaten:

- 1 großer Apfel (z. B. Boskop oder Elstar)
- 1 EL Rosinen
- 1–2 TL Zucker oder Honig
- 1 TL Zimt
- 1 EL gehackte Nüsse
- 1 kleines Stück Butter