



# Kürbis-Apfelbutter mit veganen Waffeln

⌚ Preparation time: 25 minutes  
Cooking time: 70 minutes  
Total time: 95 minutes

👤 Portions: 6

## Zutaten (für ein Glas Kürbisbutter - ca. 300-330 ml)

### Für die Kürbis-Apfelbutter

- 1 kl. Hokkaido-Kürbis 740 g (tatsächlich verwendete Menge ohne Kerne und Stiel: 580 g)
- 2 Äpfel (ca. 280 g komplett)
- 20-25 g frischer Ingwer
- 100 ml Limetten- oder Zitronensaft
- 6 EL Ahornsirup
- 350 ml Apfelsaft
- 4 Nelken
- 1 kl. TL Zimt
- 1 Prise frisch geriebene Muskatnuss

### Für die Waffeln

- 200 g glutenfreie Haferflocken Feinblatt
- 1 reife Banane
- 1 TL Backpulver
- 1 kl. TL Natron
- 1 TL Zitronensaft
- 1 TL Zimt
- 1-2 EL Kokosblütenzucker (oder ein anderes Süßungsmittel)
- 200 ml Pflanzendrink (z.B. Mandeldrink)
- Etwas Kokosfett oder Margarine zum Fetten des Waffeleisens

## Zubereitung (Kürbisbutter wegen des langen Einköchelns ca 70 Minuten - Waffeln 20 Minuten)

1. Hokkaido-Kürbis gut waschen, halbieren, entkernen und den Kürbis in Stücke schneiden. Äpfel ebenfalls waschen, entkernen und stückeln. Ingwerstück mit einem Löffel schälen.
2. Hokkaido- und Apfelstücke in einen Topf geben und mit 250 ml Apfelsaft sowie 100 ml Limettensaft (oder Zitronensaft) und 4 EL Ahornsirup aufgießen. Den Ingwer mit einer Ingwerreibe dazu geben und 4 Nelken hinzu fügen. Die Zutaten vermischen, aufkochen und dann bei mittlerer Hitze 15-18 Minuten köcheln lassen. Wichtig: Vor dem nächsten Arbeitsschritt die 4 Nelken wieder entfernen!
3. Wenn die Kürbisstücke schön weich gekocht sind, die Nelken entfernen, die Zutaten mit 1 kl. TL Zimt sowie einer kräftigen Prise Muskatnuss würzen und mit einem Schneidstab oder im Mixer ganz fein pürieren. Wer möchte, kann das Püree zusätzlich durch ein Sieb streichen. darauf habe ich jedoch verzichtet.
4. Nochmals 2 EL Ahornsirup sowie 100 ml Apfelsaft hinzufügen und die Zutaten nun bei ganz kleiner Flamme 35-45 Minuten einköcheln lassen.
5. Tipp: Sobald das Püree zu heiß wird, fängt es sehr stark an zu blubbern und zu spritzen. Dreht Euren Herd (bei mir ist es Gas) auf kleinste Stufe!! und rührt immer wieder um. Es sollte nur ab und zu leicht blubbern, aber nicht spritzen. Sonst: Deckel drauf, ab und zu abheben und immer wieder rühren. Das Püree sollte so stark wie möglich einkochen und von der Konsistenz her wie eine Paste werden.
6. Die Kürbis-Apfelbutter anschließend in saubere Gläser füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Hält rund 8-10 Tage frisch.

Die Kürbis-Apfelbutter passt perfekt zu Eurem Porridge, auf Waffeln, aber auch zum Dippen oder auf warmem Toast. Ganz wie Ihr mögt!