



Fruchtige Filo-Küchlein



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	350 kcal/ 1460 kJ	Fett:	21 g
Eiweiß:	5 g	Davon gesättigte Fettsäuren:	6,9 g
Kohlenhydrate:	35 g	ungesättigte Fettsäuren:	14,1 g

Zubereitungszeit:
ca. 60 Minuten

Zubereitung:

1. Äpfel, Beeren und drei Esslöffel Honig in einen mittleren Topf geben und bei mittlerer Hitze kochen, bis die Äpfel weich sind und ein Großteil der Flüssigkeit verkocht ist. Anschließend beiseite stellen, abkühlen lassen und den Vanilleextrakt einrühren.

2. Die Butter in eine Glasschüssel geben in der Mikrowelle schmelzen. Anschließend eine 12er-Muffinform mit der Butter auspinseln. Den restlichen Honig zu der restlichen geschmolzenen Butter geben und gut verrühren. Den Filoteig auspacken und mit einem leicht befeuchteten Küchentuch bedecken. Den Ofen auf 190 Grad (Umluft: 170 Grad, Gas: Stufe 1-2) aufheizen.

3. Zwei Blätter Filoteig auf eine trockene Unterlage legen und jede Lage mit der Honig-Butter-Mischung bestreichen. Eine dritte Lage Filoteig hinzufügen und ebenfalls mit der Mischung bestreichen und mit gehackten Walnüssen bestreuen. Eine vierte und fünfte Lage Filoteig über die drei anderen legen und ebenfalls mit der Mischung bestreichen. Insgesamt sollte der Filoteig für drei solcher Stapel aus fünf Schichten Filoteig ausreichen.

4. Jeden der drei Stapel in vier gleich große Quadrate schneiden. Jedes der Quadrate vorsichtig in eine Aussparung der Muffinform geben und diese mit dem Filoteig auskleiden. Ein Viertel der abgekühlten Fruchtmischung in die Filoteig-Förmchen geben. Mit den Fingern die Ränder des Teiges anheben und in der Mitte zusammen drücken, sodass eine Spitze entsteht. Auf die gleiche Weise die gesamte Muffinform füllen.

5. Die Filo-Küchlein mit der verbliebenen Honig-Butter-Mischung bestreichen und mit Walnüssen bestreuen. Die Küchlein ca. 20 Minuten backen, bis sie knusprig sind. Anschließend für 5 Minuten abkühlen lassen, vorsichtig Stück für Stück aus der Form nehmen und auf einem Gitter abkühlen lassen. Heiß oder kalt servieren.

Zutaten für 12 Portionen :

- 1 kg Äpfel (z.B. Braeburn), geschält und in Würfel geschnitten
- 450 g Himbeeren oder Brombeeren, frisch oder TK
- 5 EL Honig
- 1 TL Vanilleextrakt
- 450 g gefrorener Filoteig
- 120 g Butter
- 65 g kalifornische Walnüsse, geröstet und gehackt
- zusätzliche Walnüsse zum Bestreuen