



Quarkauflauf mit Himbeeren



Zutaten

Menge

2	Eier
1 Prise	Salz
50 g	weiche Butter
130 g	Zucker
1 Päckchen	Vanillezucker
500 g	Magerquark
1/2	Bio-Zitrone
80 g	Grieß
300 g	Himbeeren, tiefgefroren
100 g	Mandelplättchen
1 Prise	Zimt
1 EL	Puderrucker

Tipp

Der Quarkauflauf schmeckt natürlich auch mit anderen Früchten wie Erdbeeren, Äpfeln oder Pflaumen total super.

Rezeptinfo

Zutaten für 6 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Min. + 45 Min. Backzeit

pro Portion: 1771 kJ, 423 kcal, 41,2 g Kohlenhydrate, 19,7 g Eiweiß, 18,1 g Fett, 98,5 mg Cholesterin, 5,32 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: | Kosten: €



Zubereitung

Du könntest den ganzen Tag lang nur Süßes essen? Dann ist unser Quarkauflauf genau die richtige Hauptspeise für dich. Der fluffig lockere Auflauf aus Quark und Ei mit jeder Menge Himbeeren schmeckt super lecker und das Beste daran ist, dass du die Zutaten bereits für 5 Euro bekommst.

Step 1:

Den Ofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Step 2:

Dann trennst du die Eier und schlägst das Eiweiß mit einer Prise Salz steif. Zum Eigelb gibst du die weiche Butter, 120 Gramm Zucker, den Vanillezucker und den Quark. Die Masse mit dem Abrieb der Zitrone würzen und alles gut miteinander verrühren.

Step 3:

Nun den Grieß untermischen und zum Schluss vorsichtig das steife Eiweiß unterheben.

Step 4:

Eine Auflaufform mit Butter einfetten, den Teig hineingeben und die Himbeeren darauf verteilen. Die gehobelten Mandeln, eine Prise Zimt und den restlichen Zucker darüber verteilen.

Step 5:

Den Auflauf im vorgeheizten Ofen für 45 Minuten backen, bis er schön braun ist. Mit Puderrucker bestreuen und noch lauwarm servieren.