

Rezept der Woche:

Vereinigung der
Spargel- und Beerenanbauer e.V.



Heidelbeer-Auflauf

Zutaten für 4 Portionen:

250 g Heidelbeeren, 4 Eier, 30 g Puderzucker, 150 g Magerquark, 50 g Mehl,
50 g gemahlene Mandeln, 250 ml Milch, 1 EL Speisestärke,
Fett für die Auflaufform

Zubereitung:

Den Backofen auf 180°C Umluft vorheizen!

Eine Auflaufform fetten. Die Heidelbeeren waschen, verlesen und vorsichtig trocken tupfen. Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem Puderzucker schaumig schlagen. Mit dem Quark, dem Mehl, den gemahlenden Mandeln und der Milch zu einem dickflüssigen Teig verrühren.

Die Eiweiße steif schlagen und vorsichtig unter die Teigmasse heben. In die Auflaufform füllen.

Die Heidelbeeren mit der Speisestärke bestäuben, teils locker untermengen, teils auf dem Teig verteilen.

Im vorgeheizten Backofen 30 Minuten goldbraun backen.

Aus dem Ofen nehmen und heiß oder lauwarm servieren.

Guten Appetit!

Unser Betrieb ist Mitglied in der Vereinigung der Spargel- und Beerenanbauer e.V.