

Quarkauflauf (Einfaches-Grundrezept)

Zutaten für 10 Personen

0,2 kg Butter

0,2 kg Zucker

3 Stück Eigelb

0,1 Kg Hartweizengrieß

Abgeriebene Zitronenschale von unbehandelter Zitrone

0,6 kg Quark 25 %, glattgerührt

3 Stück Eiklar,

0,1 kg Zucker

0,1 Kg Butter zum Ausfetten,

50 g Kuchenbrösel, süß

50 g Puderzucker

Zubereitung

1. Die Butter mit dem Zucker schaumig schlagen, dann das Eigelb nach und nach einfließen lassen, sodass es eine Verbindung mit der Butter-Zuckermasse gibt.



Küchentipp:

Zu schnelle Zugabe vom Eigelb, kann zum Gerinnen der Butter-Zuckermasse führen, dann kurz warmstellen, rühren damit die Verbindung wieder klappt.

2. In die Butter-Zuckermasse den Hartweizengrieß und die abgeriebene Zitronenschale unterheben.



Küchentipp:

Der Grieß macht den Quarkauflauf stabiler, damit er nicht zusammenfallen, kann, geht aber auch ohne Grieß.

3. Dann den glattgerührten Quark unterheben.

4. Das Eiklar mit dem Zucker zu festem Eischnee schlagen, dann unter die Quarkmassen mit Hilfe eines Schneebesens heben.



Küchentipp:

Erst ein Drittel des Eiweißes unterrühren, den Rest mit einem Schneebesens unterheben, sodass die Quarkmasse locker bleibt.

5. In gefettete, mit Brösel bemehlte Portionsförmchen füllen und im Backofen bei 180 Grad ca., 30 Minuten backen.



Küchentipp:

Bemehlt (ist mit süßen Brösel bestreut).

Kann auch mit Kokosflocken, gehackten, Nüssen, Mandeln gemacht werden.

6. Mit einem kleinen Messer den Rand der Portionsschälchen lösen, den Quarkauflauf stürzen, auf einen Teller anrichten, mit Puderzucker bestreuen und garnieren siehe Serviertipp.



Küchentipp: Wenn der Quarkauflauf nicht aus den Portionsschälchen geht, dann in der Form servieren.



Serviertipp:

Mit allen Sorten von Beeren der Saison vom Markt.
Auf roter, gelber oder grüner Grütze anrichten.
Auf Fruchtsaucen, Schoko oder anderen Saucenspiegeln.
Mit warmen Waldbeeren, Pflaumen mit Zimt, Sauerkirschen mit Schuß.
Glacierte Aprikosen, Pfirsichen oder Mirabellen,
Karamell oder Schokoladensauce mit einem Hauch von Salz (Cross-Over).



Ableitungen/ Abwandlungen:

Den Quarkauflauf:

Mit Mohn, gerösteten Sesam, Schokoladespännen, gehackten Nüssen, oder Mandeln abrunden.

Mit Unterheben oder darüber Streuen von Früchten der Saison.

Mit gekochten, durchgepressten Kartoffeln zubereiten.

(Halb Quark und dann Halb Kartoffeln.)

Allergenkennzeichnung:

Milch, (G), Ei (C), Weizen (A1),

Zu beachten die zusätzlichen Zutaten (Geschmacksträger)

Diät-Eignung

Vollkost

Purinarmekost (weniger Zucker)

Vegetarische Kostform