Apfel-Quark-Grießauflauf

Eine herrlich zarte, fluffige Quark-Grießmasse, belegt mit fruchtigen Äpfeln und goldbraun gebacken. Ob als köstliches Dessert oder süßes Hauptgericht, dieser Auflauf schmeckt einfach immer. Schnell und unkompliziert zubereitet, wunderbar saftig und einfach himmlisch lecker!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 6 Personen

2 TL Butter (ggf. laktosefrei)
3 Äpfel
3 Eier
125g Zucker
500g Magerquark (ggf. laktosefrei)
50g Reis-, Buchweizen- oder Hirsegrieß
1 P. Vanillepuddingpulver
2 TL Backpulver
50g Butter (ggf. laktosefrei)
Puderzucker zum Bestäuben

1. Eine Auflaufform (ca. 28 × 18 cm) mit 2 TL Butter einfetten.
2. Die Äpfel schälen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in Scheiben schneiden.
3. Die Eier trennen. Das Eiweiß mit der Hälfte des Zuckers steif schlagen. Die Eigelbe mit dem restlichen Zucker dickcremig rühren.
4. Quark, Grieß, Vanillepuddingpulver und Backpulver unter die

Eigelbmasse rühren. Anschließend den Eischnee vorsichtig unterheben.
5. Die Masse in die vorbereitete Auflaufform geben, glatt streichen und mit den Apfelscheiben belegen. Mit 50g Butterflöckchen gleichmäßig belegen.
6. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Ober-/Unterhitze, mittlere Schiene) etwa 25 Minuten goldbraun backen.
7. Den fertigen Auflauf aus dem Ofen nehmen, mit Puderzucker bestäuben und servieren.

Milchfrei – Tipp: Butter durch vegane Margarine ersetzen. Quark durch eine vegane Alternative, z.B. auf Sojabasis austauschen.

