

Quarkauflauf

Die herrlich zarte Süßspeise schmeckt mit Kompott einfach vorzüglich!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm und milchfrei
siehe Tipp am Rezeptende



Für 2 – 3 Personen (Für eine Auflaufform mit etwa 30 x 18cm)

3 Eier

500g Magerquark ODER Speisequark 20% Fett (ggf. laktosefrei)

75g Butter (ggf. laktosefrei), flüssig

50g Zucker

50g Speisestärke

1 P. Vanillezucker

1 TL Backpulver

1. Die Eier trennen. Eigelb mit allen Zutaten verrühren.
2. Das Eiweiß steif schlagen und unter die Eigelbmasse heben.
3. Die Masse in eine gefettete Auflaufform geben und bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze) in 30 – 40 Minuten goldgelb backen.

Tipp: Als Beilage schmeckt Rote Grütze oder Kompott lecker.

Fruktosearm-Tipp: Zucker und Vanillezucker durch 100g Reissirup tauschen.

Milchfrei – Tipp: 450g Quarkersatz auf Sojabasis anstatt Quark einsetzen. Butter durch vegane Margarine tauschen.



rezepte-glutenfrei.de