



Apfel-Quark-Auflauf

Zeit gesamt
🕒 1h 15min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Weintrauben, hell	250 g
Äpfel, rot	3 St.
Zitronen	1 St.
Eier	4 St.
Butter	100 g
Zucker	125 g
Salz	
Quark 40 % Fett i.Tr.	500 g
Vanillepuddingpulver	1 Päckchen
Weichweizengrieß	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, große Schüssel, große Auflaufform, Handrührgerät mit Schneebesen

1. Backofen auf 200 °C vorheizen. Weintrauben waschen und halbieren. Äpfel schälen, vierteln, entkernen und würfeln. Zitrone halbieren, Saft auspressen und Äpfel damit beträufeln. Früchte in einer gefetteten Auflaufform vermengen.
2. Eier trennen. In einer Schüssel Eiweiß mithilfe eines Handrührgeräts mit Schneebesen steif schlagen. In einer Schüssel 100 g Butter mit Zucker und Salz cremig rühren. Eigelb und Quark zugeben und unterschlagen. Puddingpulver und Grieß kurz unterrühren. Eischnee mit einem Löffel vorsichtig unterheben. Masse über die Früchte streichen. Beiseitegestellte Butter mit zwei Teelöffeln als kleine Flöckchen darauf verteilen.
3. Auflauf im heißen Ofen ca. 45 Min. backen. Wenn nötig die letzten 10 Min. mit Alufolie abdecken, damit die Oberfläche nicht zu dunkel wird. Apfel-Quark-Auflauf heiß oder lauwarm servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	661 kcal
Kohlenhydrate	84 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	29 g