



Gebackene Pflaumen mit Walnusscreme



Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Pflaumen	750 g
Butter	1 EL
Orangen	1 St.
Brauner Zucker	50 g
Zimt	1 TL
Walnusskerne	40 g
Zucker	50 g
Quark 40 % Fett i.Tr.	250 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, große Auflaufform

1. Ofen auf 175 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Pflaumen waschen, vierteln und entsteinen. In eine mit Butter gefettete Auflaufform schichten. Orange heiß waschen, Schale fein abreiben, halbieren und den Saft auspressen.
2. Orangensaft und -schale mit Rohrzucker und 1/2 TL Zimt verrühren, über den Pflaumen verteilen im Backofen ca. 20 Min. backen.
3. In einer Pfanne Walnüsse fettfrei auf mittlerer Stufe ca. 4 Min. anrösten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Auf ein Stück Backpapier geben und auskühlen lassen. Walnusskrokant grob hacken.
4. In einer Schüssel Quark mit 1/2 TL Zimt verrühren, Walnusskrokant unterheben. Gebackene Pflaumen mit Walnusscreme in Schüsseln servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	339 kcal
Kohlenhydrate	55 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	11 g