

Quarkauflauf mit Pflaumen

Zutaten | 4 Portionen

400 g	Pflaumen
20 g	Butter
500 g	Magerquark
150 ml	Milch
2 Eier	Eier
50 g	Zucker
1 Päckchen	1 Päckchen Vanillezucker
40 g Weichweizengrieß	Weichweizengrieß
1 TL Backpulver	Backpulver
1 Prise Salz	Salz
1 TL Zimt	Zimt

Zubereitungszeit: 60 Min.

- Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter einfetten.
- Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und je nach Größe vierteln.
- Quark, Milch, Eier, Zucker und Vanillezucker in einer Schüssel glatt verrühren.
- Grieß, Backpulver und eine Prise Salz unterrühren und die Masse etwa 5 Minuten quellen lassen.
- Die Hälfte der Quarkmasse in die Auflaufform geben und etwa die Hälfte der Pflaumen darauf verteilen.
- Die restliche Quarkmasse darübergeben und mit den übrigen Pflaumen belegen.
- Mit Zimt bestreuen und die restliche Butter in kleinen Flöckchen darauf verteilen.
- Den Quarkauflauf im heißen Backofen etwa 35–40 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist.
- Vor dem Servieren kurz abkühlen lassen. Der Auflauf schmeckt warm und mit Vanillesauce besonders gut.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
120 kcal	4,2 g	12,8 g	8,2 g	105 mg