

Brombeerauflauf



Zutaten (4 Personen):

500 g Topfen

120 g Grieß

50 g Butter

100 g Zucker

4 Eier

1 Pkg. Vanillezucker

500 g Brombeeren

Zubereitung:

In einem Topf, Butter erwärmen (nicht zu heiß). Topfen, Grieß, Zucker, Vanillezucker, 4 Eidotter und die erwärmte Butter miteinander verrühren. Den Teig eine halbe Stunde quellen lassen und mit steifgeschlagenem Eiklar vermischen. Die gewaschenen Brombeeren vorsichtig unter den Teig heben und in eine befettete Auflaufform füllen. Bei 180°C ,ca. 50 min, bei Ober- und Unterhitze, backen und mit Staubzucker bestreuen.

Tipp:

1) Ich hebe das steifgeschlagene Eiklar immer vorsichtig mit einer Teigspachtel unter den Teig. Dadurch wird die Masse beim Backen flaumiger.

2) Anstatt Brombeeren kann man auch Heidelbeeren verwenden.

Brombeeren



Wissenswertes:

Sie enthalten viel Vitamin C, Kalium, Kalzium und haben einen hohen Eisengehalt. Am besten werden sie frisch gepflückt. Hat man aber diese Möglichkeit nicht, ist beim Einkauf folgendes zu beachten: ihre Farbe soll glänzend sein und das Fruchtfleisch fest.³⁰