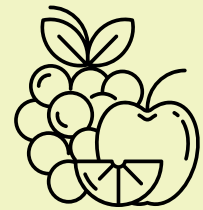




Müsliauflauf

mit Blaubeeren



- » 180g Haferflocken, Großblatt
- » 40g brauner Zucker
- » 1 Prise Salz
- » 1 gehäufte TL Zimt
- » 1 Pck. Vanillezucker
- » 100g Nüsse nach Wahl
- » 2 Eier
- » 200ml Milch (oder Hafermilch)
- » 100g Magerquark
- » 40g flüssige Butter
- » 300g frische Blaubeeren
- » Wer mag: frische Beeren

1. Haferflocken, Zucker, Salz, Vanillezucker und Zimt in einer Schüssel vermischen. Die Nüsse grob hacken und die Hälfte der Nüsse zu den Haferflocken geben. In einer zweiten Schüssel die Milch mit den Eier, der Butter und dem Quark gut verrühren.

Den Ofen auf 180°C Umluft vorheizen.

2. Eine kleine Auflaufform leicht einfetten. Die Blaubeeren waschen, gut abtropfen lassen und etwa 200g der Beeren in der Auflaufform

verteilen. Die Haferflockenmischung über die Beeren geben und etwas glattstreichen. Die restlichen Beeren, sowie die restlichen Nüsse darüber geben und das Ganze für 25-35min – bis Oberfläche goldbraun ist.

Wer mag, kann vor dem Servieren noch ein paar frischen Beeren auf den Auflauf geben.

Guten Appetit!