

Grieß-Auflauf mit Knusperkruste und Kirschen



XXX Lecker

Zutaten (für 4 Portionen)

- 1 Glas Sauerkirschen (720 ml)
 - 1 l Milch
 - 1 Prise Salz
 - 1 Päckchen Vanillezucker
 - 1 TL Zimt
 - 5 EL brauner Zucker
 - 150 g Hartweizengrieß
 - 3 Eier
 - ½ Zitrone, Saft
 - 3 EL Mandelblättchen
 - 20 g Butter
 - 2 EL brauner Zucker
- Außerdem
- 1 EL Butter zum Einfetten

Nährwerte

Pro 100 Gramm

120 kcal
4 g Eiweiß
3 g Fett
18 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 40 Minuten zzgl. 25 Minuten Backzeit

Zubereitung

1. Den Backofen auf 175 °C Umluft vorheizen und eine Auflaufform einfetten.
2. Die Kirschen abseihen und abtropfen lassen.
3. Die Milch mit Salz in einem Topf aufkochen. Den Vanillezucker, Zimt, braunen Zucker und Grieß einrühren. Erneut aufkochen lassen, Hitze reduzieren und den Grieß unter Rühren 2-3 Minuten quellen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und die Grießmasse auskühlen lassen.
4. Die Eier trennen. Die Eigelbe mit Zitronensaft in einer Schüssel verquirlen, das Eiweiß steif schlagen. Nacheinander 3-4 EL Grießmasse unter die Eigelbe rühren. Den Eischnee portionsweise unter die Grießmasse heben.
5. Grießmasse und Kirschen abwechselnd in die Auflaufform schichten.
6. Mandelblättchen, Butter in kleinen Stückchen und braunen Zucker darauf verteilen und den Auflauf im heißen Ofen 25 Minuten backen.



REISER RÄT

Statt der Kirschen, schmecken auch Pflaumen aus dem Glas wunderbar in dem Auflauf.

