

Mango-Quark-Auflauf

 happy-mahlzeit.com/2020/01/17/mango-quark-auflauf/

Zutaten für 4 Personen:

- 1/2 vollreife Mango
- 120g Quark 20% Fett i.Tr.
- 1 EL Butter
- 2 EL Zucker
- 3 EL Orangen-Likör
- 2 Eier
- 6 EL Puderzucker
- Schale von 1/2 Zitrone, unbehandelt
- Mark von 1 Vanilleschote

Zubereitung:

Die Mango schälen, in ca. 1cm große Würfel schneiden und in zerlassener Butter andünsten. 1 TL Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Orangen-Likör darüber träufeln, flambieren und abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180°C vorheizen.

Die Eier trennen. Eigelbe und 3 EL Puderzucker schaumig schlagen. Zitronenschale und Vanillemark und den Quark rühren. Die Eiweiße mit dem restlichen Zucker steif schlagen und vorsichtig unter die Quarkmasse heben.

Die Quarkmasse in kleine, ofenfeste, gefettete Portionsförmchen füllen und die Mangowürfel darauf verteilen. Im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten goldbraun backen. Vor dem Servieren mit dem übrigen Puderzucker bestreuen.

Rezept: Christian Henze