



Fruchtiges Beeren-Quark-Gratin

Ein Rezept von Mario Kotaska

Zutaten (für sechs Portionen):

Beerenmischung

800 g gemischte, frische Beeren (Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Johannisbeeren)
Abrieb einer halben Bio-Orange
Abrieb einer halben Bio-Zitrone
3 EL Puderzucker

Eiweiß-Hippen

2 Eiklar
1 Prise Salz
160 g Weizenmehl
160 g Puderzucker
200 ml Milch

Quarkmasse

500 g Topfen (Quark mit 20% Fett)
2 Eigelbe
3 Eier
1 Vanilleschote
Abrieb einer halben Bio-Orange
1 Prise Salz

Sowie

Puderzucker

Zubereitung (circa 60 Minuten):

Ruhezeiten (circa zwei Stunden und 30 Minuten):

Die Beeren waschen, abtropfen lassen und bei Bedarf putzen. Die Johannisbeeren vom Stiel zupfen. Größere Beeren in mundgerechte Stücke schneiden. Einen kleinen Teil der Beeren für die Garnitur zurückhalten. Den Rest in einer Schüssel mit Orangen- und Zitronenabrieb, sowie Puderzucker vorsichtig vermischen. Die Mischung etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Für die Hippen-Masse die Eier trennen und das Eiklar in eine Schüssel geben. Die Eigelbe für später beiseitestellen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz, Mehl, Puderzucker und Milch zu einem dünnflüssigen Teig verrühren. Den Teig anschließend 15 Minuten quellen lassen.



Ein Backblech mit Backpapier oder einer Silikonbackmatte auslegen. Den Teig darauf in dünnen, kleinen Kreisen verstreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa sechs bis acht Minuten backen. Gegen Ende der Backzeit regelmäßig kontrollieren, damit die Hippen nicht zu dunkel werden. Die fertigen Hippen aus dem Ofen nehmen und vom Backpapier oder von der Backmatte abziehen und vollständig auskühlen lassen.

Für die Quarkmasse den Topfen in ein sauberes Geschirrtuch legen und mindestens zwei Stunden abhängen, damit die überschüssige Molke abtropfen kann. Kurz vor Gebrauch den Quark im Geschirrtuch nochmals kräftig ausdrücken.

Den Topfenquark mit den zwei übrig gebliebenen Eigelben, dem Mark einer Vanilleschote, einer Prise Salz und Orangenabrieb vermengen. Drei weitere Eier trennen. Die Eigelbe ebenfalls zur Quarkmasse geben und gründlich unterrühren. Das Eiklar in einer separaten Schüssel steif schlagen. Den Eischnee anschließend vorsichtig unter die Quarkmasse heben.

Die marinierte Beerenmischung gleichmäßig in ofenfeste Förmchen verteilen. Die luftige Quarkmasse als Haube darauf verteilen. Die Förmchen auf ein Backblech stellen und im vorgeheizten Ofen bei 220 Grad für etwa zehn Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist und die Masse leicht fest wird.

Übriggebliebene Beeren auf separate Dessertgläser verteilen und zum Beeren-Quark-Gratin servieren. Nach dem Backen die Gratins kurz abkühlen lassen. Mit den Hippen garnieren und mit Puderzucker bestäuben. Am besten lauwarm servieren.

Nährwerte pro Portion:

490 kcal - 9 g Fett - 21 g Eiweiß - 78 g Kohlenhydrate