
Bananen-Quark-Auflauf mit Kokosbaiser

für 2 kleine Portionen

- 1 Banane
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1 Ei
- 100g Magerquark
- 1 TI Zucker
- 1 Messerspitze Vanillepaste
- 1 TI Mehl

- 1 Eiweiß
- 1 El Puderzucker
- 1-2 El Kokosraspeln



Den Backofen auf 200°C Ober-Unterhitze vorheizen und eine kleine Auflaufform mit einer Winzigkeit Butter fetten.

Die Banane mit einer Gabel zu Mus zerdrücken, mit dem Zitronensaft mischen und beiseite stellen. Dann das ganze Ei trennen und das Eiweiß steif schlagen. Das Eigelb mit Quark, Zucker und Vanille verrühren, alle weiteren Zutaten (auch das Bananenmus) untermischen und zum Schluss den Eischnee unterheben.

In die Form geben und ca. 8 Minuten backen. Inzwischen das zweite Eiweiß steif schlagen, den Puderzucker darüber sieben und weiter schlagen, bis die Masse richtig schön glänzt. Dann die Kokosraspeln unterheben.

Nach der ersten Backzeit flott die Eischneemischung auf den Auflauf streichen und zurück damit in den Ofen. Nochmal ca. 8 Minuten backen und warm genießen.