



Reinhard-Karl
ÜBLACKER
Food-Consultant

VitaCuisine

Beerenkuchen aus dem Glas

Zutaten für 4 Gläser:

- 210 g Beerenmix tiefgekühlt (Himbeeren, Brombeeren, etc.)
- 180 g Magertopfen (Magerquark)
- 200 ml Cremefine zum Backen
- 6 zerkleinerte Vollkorn-Butterkekse
- 2 Eier
- 40 g Zucker

Zubereitung:

- Die Kekse zerbröseln und auf dem Boden der Gläser verteilen.
- Den Beerenmix bis unter den Glasrand hinzufügen.
- Eier und Zucker schlagen bis die Masse dick cremig ist.
- Cremefine zum Backen und Magertopfen (Magerquark) unterrühren.
- Die Masse in die Gläser füllen, in den Dampfgarer stellen und mit Frischhaltefolie abdecken.
- Für 20 Minuten dampfgaren.