

Rezept

Maisgrießauflauf

Ein Rezept von Maisgrießauflauf, am 21.03.2023

Zutaten

	1,1 l Milch, 3,5 % Fett	40 g Butter
1 Päckchen	Vanillezucker	Salz, 1 TL Zimtpulver
	150-170 g Maisgrieß	4 Eier (Größe M)
120 g	Zucker	abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
50 g	Butter	100 ml Sahne
	Auflaufform (ca. 30 x 40 cm); Fett und glutenfreie Semmelbrösel für die Form	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 820 kcal

Zubereitung

1. Für den Auflauf 1 l Milch mit Butter, Vanillezucker, 1 Prise Salz und dem Zimt in einem Topf aufkochen. Maisgrieß einrühren und unter ständigem Rühren bei schwacher Hitze 3-5 Min. sanft kochen lassen. Abkühlen lassen.
2. Die Eier trennen. Eiweiße mit 1 Prise Salz zu steifem Schnee schlagen und kalt stellen. Eigelbe und Zucker mit den Quirlen des Handrührgerätes schaumig rühren. Zitronenschale zugeben. Den abgekühlten Grießbrei löffelweise unter die Eiercreme rühren. Zum Schluss vorsichtig den Eischnee unterheben.
3. Backofen auf 200° (Umluft 180°) vorheizen. Die Auflaufform fetten und mit Semmelbröseln austreuen. Die Grießmasse einfüllen und gleichmäßig verteilen. Butter in Flöckchen darauf verteilen und den Auflauf im vorgeheizten Backofen (Mitte) ca. 1 Std. backen.
4. Sahne und restliche Milch in einem Topf zum Kochen bringen und sofort über den fertigen Auflauf geben. Er saugt sich damit voll und wird dadurch saftig. Den Auflauf vor dem Servieren noch ca. 10 Min. stehen lassen. Dazu passt Rote Grütze.