

Rezept

# Quarkfladen

Ein Rezept von Quarkfladen, am 26.04.2024

## Zutaten

|   |                   |
|---|-------------------|
| <b>100 g</b> Magerquark                                     | <b>2</b> Eier     |
| <b>1 Prise</b> Salz   | <b>1 EL</b> Sesam |
| <b>1 EL</b> Gluten (Weizenkleber; Reformhaus oder Bioladen) |                   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN FÜR 8 STÜCK | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 40 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 150° vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen. Den Quark gut auspressen. Die Eier trennen, die Eiweiße mit Salz steif schlagen. Die Eigelbe mit Quark cremig rühren.
2. Sesam und Gluten mischen und zusammen mit dem Eischnee vorsichtig unter die Quarkmasse heben.
3. Mit einem Esslöffel 8 gleich große Portionen auf das Blech setzen. Im Ofen (Mitte, Umluft 130°) 40 Min. backen. Die Quarkfladen im Ofen auskühlen lassen.