

## Zutaten

### FÜR 1 KLEINERE AUFLAUFFORM

- 800 ml (fettarme) Milch oder Sojadrink
- 100 g Grieß
- 40 g feine Haferflocken
- 1 Prise jodiertes Salz
- 30 g Butter (oder 2 EL Rapsöl)
- 3 Eier
- 40 g Zucker
- 1 Bio-Zitrone

### Für die Erdbeersauce:

- 500 g Erdbeeren (frisch oder TK)
- 1 EL Puderzucker
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Ev. 1 TL Speisestärke (wenn die Sauce zu flüssig wird)

**Alternativ:** Vanillesauce

## Zubereitung

1. 800 ml Milch mit Salz aufkochen. Grieß und Haferflocken einrühren und kurz aufkochen lassen. Danach die Masse unter gelegentlichem Rühren weiter einkochen lassen, bis sie dickflüssig ist.
2. Fett (Butter/Öl) einrühren und Brei leicht abkühlen lassen.
3. Ofen auf 180 °C (O/U) vorheizen und eine kleine Auflaufform fetten. Zitrone waschen, trockenreiben und die Schale abreiben.
4. Eier trennen. Eiklar mit dem Zucker zu sehr steifem Schnee schlagen.
5. Die Dotter nacheinander unter den nur noch warmen Grießbrei rühren. Anschließend den Eischnee vorsichtig mit einem Teigschaber oder großen Löffel unter die Grießmasse heben.
6. Masse in der Form gleichmäßig verteilen und ca. 35–40 Min. goldbraun backen. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen und dann mit der Erdbeersauce genießen.

### Erdbeersauce:

Erdbeeren waschen und putzen (TK kurz erhitzen). Mit Puderzucker und Zitronensaft in einem Gefäß oder direkt im Topf fein pürieren.

# Süßer Grießauflauf mit Haferflocken und Erdbeersauce

