

Einkorn-Grießauflauf mit Graumohn und Apfelmus:

Zutaten

3 Eier
150g Feinkristallzucker
Prise Salz
1 TL Vanillezucker
etwas Vanilleschote
etwas geriebene Bio-Zitronenschale
240g Einkorngrieß
2 EL gequetschter Graumohn
 $\frac{3}{4}$ l Milch
etwas Butter für die Auflaufform, Zimt und Staubzucker

Zutaten Apfelmus:

1,5 kg Äpfel geschält
0,5l Wasser
Zitronensaft von 2 Zitronen oder 1 EL Zitronensäure
250 g Gelierzucker 2:1

Apfelmus:

Die geschälten, geschnittenen Äpfel mit Wasser und Zitronensaft oder Zitronensäure kurz aufkochen und überkühlen. Überflüssiges Wasser abseihen. Die Äpfel mit einem Mixstab passieren mit Gelierzucker 5-7 Minuten kochen, noch heiß in die Gläser füllen und mit einem Deckel verschließen.

Das Apfelmus ist gut haltbar.

Zubereitung Auflauf:

Die Auflaufform mit Butter ausstreichen und das Backrohr auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Eier, Zucker, Salz, Vanillezucker, Vanilleschote und Zitronenschale gut schaumig rühren.

Einkorngrieß mit Graumohn vermischen und unter die Masse rühren.

Den Teig in die Auflaufform füllen und ca. 20 Minuten backen. Den Auflauf aus dem Backrohr nehmen und sofort mit heißer Milch übergießen. 15 Minuten ziehen lassen, mit Apfelmus und Zimtzucker servieren.

Gutes Gelingen!