

# Hirseauflauf

## mit Rhabarber

### Zutaten für 4 Personen:

- 250 g Hirse
- 500 ml Kuhmilch  
Alternativ: Pflanzendrink
- 2 Eier  
Alternativ: 100g Apfelmark oder  
2 EL geschrotete Leinsamen mit  
6 EL heißes Wasser quellen
- 400 g Magerquark  
Alternativ: veg. Quark oder Skyr
- 60 g Zucker (bei Verwendung von Apfelmark weniger)
- 500 g Rhabarber
- Prise Zimt
- Prise Kardamompulver
- geriebene Zitronenschale
- 50 g Mandelstifte oder gehackte Haselnüsse
- Rapsöl zum Einfetten



### Zubereitung:

1. Zuerst die gewaschene Hirse zusammen mit der Milchemischung und den Gewürzen etwa 30-40 Minuten köcheln lassen und anschließend vollständig auskühlen lassen.
2. Danach den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
3. Die Eier trennen, das Eiweiß zu Eischnee schlagen und kühl stellen. Das Eigelb mit dem Zucker in einer großen Schüssel cremig aufschlagen und anschließend den Magerquark unterrühren. Den Rhabarber waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden.
4. Die ausgekühlte Hirse mit einer Gabel oder den Fingern auflockern und unter die Masse mischen. Zum Schluss den Eischnee behutsam unterheben. Alternativ zu den Eiern kann ein Leinsamen-Gemisch oder Apfelmark untergerührt werden.
5. Die fertige Masse in eine gefettete Auflaufform füllen und mit dem Rhabarber belegen. Alternativ kann dieser auch direkt in den Teig eingearbeitet werden. Mit den Nüssen bestreuen.
6. Auf mittlerer Schiene etwa 30-45 Minuten backen und lauwarm genießen.