

Fliederbeersuppe mit Grießklößchen

Zutaten für die Grießklößchen (für 4 Personen):

- 500 ml Milch
- 20 g Butter
- 1,5 TL Zucker
- 1 TL Vanillepaste
- 125 g Hartweizengrieß
- 1 l Wasser
- 1 (Größe M) Ei
- 1 Prise Salz

Milch, Butter, Salz, Zucker und Vanillepaste aufkochen. Den Hartweizengrieß unter ständigem Rühren einrieseln lassen und bei milder Hitze 4-5 Minuten quellen lassen. Dabei mehrmals umrühren. Die fertig gequollene Masse in eine Schüssel füllen und das Ei sofort mit einem Handrührgerät oder den Knethaken einer Küchenmaschine unterarbeiten. Die Grießmasse auf der Oberfläche mit Klarsichtfolie bedecken und abkühlen lassen.

Aus der ausgekühlten Grießmasse mit zwei Teelöffeln kleine Nocken abstechen. Dabei die Teelöffel zwischendurch mit heißem Wasser befeuchten. So bleibt die Masse nicht an den Löffeln kleben.

Wasser in einen Topf füllen. Leicht salzen und kurz warten, bis es zu sieden beginnt. Nocken portionsweise ins siedende Wasser geben und bei geöffnetem Deckel und milder bis mittlerer Hitze 5-6 Minuten gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen.

Zutaten für die Fliederbeersuppe:

- 400 ml Fliederbeersaft
- 200 ml Apfelsaft
- 30 g Zucker
- 1 Zimtstange
- 0,2 abgeschälte Bio-Orange
- 1 TL Nelke
- 1 Kapsel Kardamom
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Vanille-Puddingpulver
- 2 EL frisch gepressten Orangensaft

Fliederbeersaft, Apfelsaft, Zucker, Zimtstange, Orangenschale, Nelke, Kardamom und Zitronensaft aufkochen und mit geöffnetem Deckel bei starker Hitze 5 Minuten einkochen.

Puddingpulver im Orangensaft anrühren und unter Rühren zur kochenden Gewürzmischung geben. Alles erneut aufkochen lassen.

Sendung/Quelle: DAS!

Sendetermin: 10.07.2024

Koch/Köchin: Janina Uhse

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen