

Fliederbeer-Suppe mit Grieß-Klößchen

Rezept aus Mein schönes Land TV

Zutaten für 4 Personen:

- 0,7 Liter Fliederbeersaft
- 0,3 Liter Wasser oder Apfelsaft
- 1 Zitrone
- 1 Zimtstange
- 30 g Sago
- 100 g Zucker
- 1 Boskop- Apfel
- 125 ml Milch
- 1 EL Butter
- 1 Prise Salz
- 1 EL Zucker
- 50 g Grieß
- 1 Ei

Zubereitung:

Fliederbeersaft mit dem Wasser in eine Topf geben. Zitrone waschen, schälen und auspressen. Saft und Schale zur Suppe geben. Zimtstange und Zucker dazugeben. Alles zusammen aufkochen, Sago dazugeben und ca. 15 Minuten kochen, bis der Sago glasig ist und die Suppe eine sämige Konsistenz hat. Den Apfel waschen, schälen und in Spalten schneiden und in der Suppe gar ziehen lassen.

Für die Grieß-Klößchen Milch, Butter, Salz und Zucker aufkochen. Grieß einstreuen und so lange rühren, bis sich die Masse kloßartig vom Topfboden löst. Den Topf von der Kochstelle nehmen und das Ei unterrühren.

Reichlich Salzwasser aufkochen, die Grießmasse in einen Spritzbeutel geben und mit einem Messer kleine Stücke abschneiden. Das Messer zwischendurch immer heißes Wasser ziehen, dann klebt es beim Abschneiden der Klöße nicht. Die Klöße bei schwacher Hitze ziehen lassen.

Suppe und Grießklößchen getrennt voneinander anrichten, damit sich die Grieß-Klößchen nicht lila verfärben.

Und: Wenn sich eine Erkältung mit Schnupfen, Husten oder Halsschmerzen ankündigt, kann die heiße Fliederbeer-Suppe helfen.

Quelle: Mein schönes Land TV