



Gewürzpflaumensuppe mit Grießnocken

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Saisonal, fleischlos, für jeden Tag, da werden Kindheitserinnerungen wach.

Zutaten

- Für die Gewürzpflaumensuppe:
- 1 kg Pflaumen oder Zwetschgen
- 100 ml trockener Rotwein
- 300 ml Apfelsaft
- 100 -110 g brauner Rohrzucker
- ½ Tl gemahlener Zimt
- ½ Zitronenschale
- 2 Sternanis
- Etwas angerührte Speisestärke
- Für die Grießnocken:
- 125 ml Milch
- 2 TL Butter
- 1 Tütchen Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 50 g Hartweizengrieß
- 1 Ei

Zubereitungsart

Schritt1

Die Gewürzpflaumensuppe:

Schritt2

Die Pflaumen zunächst waschen, entkernen und vierteln.

Schritt3

Den Rohrzucker in einem ausreichend großen Topf leicht karamellisieren und mit dem Rotwein und dem Apfelsaft ablöschen. Den Zimt, Zitronenschale und Sternanis dazu geben, etwas „ausziehen“ lassen.

Schritt4

Danach folgen die Pflaumen, leise 6 - 8 min. köcheln lassen. Nachschmecken, Sternanis und Zitronenschale wieder entfernen. Und ev. leicht mit etwas angerührter Speisestärke „sämig“ binden.

Schritt5

Die Grießnocken.

Schritt6

Die Milch mit der Butter, dem Zucker, Vanilliezucker und 1 Prise Salz aufkochen, zurück ziehen. Den Grieß einrieseln lassen. rühren, etwas quellen lassen. In eine kleine Schüssel umfüllen und mit einem Schneebesen das Ei unterziehen.

Schritt7

Mit 2 Teelöffeln kleine, glatte Nocken in leicht siedendem Salzwasser abstechen.

Schritt8

Ca. 4 - 5 min. garen, bis sie oben schwimmen. Mit einer Schaumkelle heraus heben, auf Küchentrepp ablaufen lassen.

Schritt9

Anrichtevorschlag:

Schritt10

Die Gewürzpflaumensuppe in vorgewärmten Tellern anrichten 4 - 5 Nocken darüber geben und mit Zimt - Zucker bestreut servieren.

Rezeptart: Vegetarisch **Tags:** fleischlos, grießnocken, Pflaumen

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gewuerzpflaumensuppe-mit-griessnocken/>