

Fliederbeersuppe bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

250 ml Wasser, 1 Prise Salz, 40 gr Butter, 2 mittelgroße frische Eier, 80 gr Grieß, 1 l Salzwasser, 1 l Fliederbeersaft, 125 gr Zucker, 1 Teelöffel Zimt, 2 Esslöffel abger. Zitronenschale (unbehandelt), 2 Esslöffel Speisestärke, 4 Esslöffel Wasser, 2 mittelgroße Äpfel.

Die Vorbereitungen:

Die Eier (am Besten von eigenen Hühnern, auf jeden Fall ganz frisch!) trennen, das Eiweiß steifschlagen. Das Wasser mit der Prise Salz aufkochen, Grieß einrühren und auf dem Herd mit dem Handrührgerät kneten, bis ein Kloß entstanden ist. Etwas abkühlen lassen, die Eigelbe unterrühren, das Eiweiß unterheben und alles abkühlen lassen. Mit zwei in heißes Wasser getauchten Löffeln aus der Masse Nocken stechen und im leise köchelnden Salzwasser 12-15 Minuten ziehen lassen.

Die Zubereitung:

Den Fliederbeersaft mit Zucker, Zimt und abgeriebener Schale (von unbehandelten Zitronen!) aufkochen. Die Speisestärke in etwas kaltem Wasser verrühren und den Saft damit etwas binden. Die Kerngehäuse der Äpfel ausstechen, die Äpfel schälen und in Scheiben schneiden.

Die Suppe mit den abgetropften Nocken und den Apfelscheiben vollenden und sofort servieren.

Guten Appetit!