

Rezept

Beerenkaltschale mit Grießplätzchen

Ein Rezept von Beerenkaltschale mit Grießplätzchen, am 29.06.2026

Zutaten

500 g süße Beeren (z. B. Erdbeeren, Himbeeren und Brombeeren)	150 g rote Johannisbeeren
4 EL Honig	1/2 Bio-Zitrone
200 g saure Sahne	1/2 l Buttermilch
50 g Weichweizengrieß	1/2 l Orangensaft
2 EL Öl	4 EL Honig

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Süße Beeren nur falls nötig waschen (vor allem die Himbeeren) und putzen. Johannisbeeren waschen und mit einer Gabel von den Rispen streifen.
2. Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Zitronenschale mit den süßen Beeren und dem Honig mischen und 30 Minuten ziehen lassen.
3. Inzwischen die Grießplätzchen vorbereiten: Den Orangensaft aufkochen und den Grieß langsam einrieseln lassen. Die Grießmasse etwa 5 Minuten unter Rühren kochen lassen, dann den Honig einrühren. Die Masse fingerdick auf ein feuchtes Brett streichen (auf dem vorher nicht gerade Zwiebeln usw. geschnitten wurden) und abkühlen lassen.
4. Die marinierten süßen Beeren mit dem Pürierstab oder im Mixer pürieren, dabei nach und nach Buttermilch und saure Sahne zugeben. Die Kaltschale durch ein feines Sieb streichen, mit den Johannisbeeren mischen und in eine Thermoskanne (1 l Inhalt) füllen.
5. Die Grießplatte in kleine, quadratische Plätzchen schneiden. Das Öl in der großen Pfanne erhitzen. Darin die Plätzchen auf jeder Seite 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze braten, bis sie goldbraun sind. Plätzchen in eine Vorratsdose geben und sich mit dieser und der Thermoskanne voll Kaltschale auf den Weg ins Blaue machen.