

Rezept

## Buchweizengrütze mit Beeren

Ein Rezept von Buchweizengrütze mit Beeren, am 28.04.2025

### Zutaten

<b>150 g</b> Buchweizengrütze	<b>1 l</b> Mandel- oder Haselnussdrink
<b>100 g</b> getrocknete Cranberries	<b>2 EL</b> Agavendicksaft
<b>500 g</b> Beeren (z. B. Himbeeren und Johannisbeeren) oder Kirschen	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

### Zubereitung

1. Buchweizengrütze mit Mandel- oder Haselnussdrink in einem Topf mischen und zum Kochen bringen. Dann die Hitze ganz klein stellen, den Deckel auflegen und die Grütze in 15 - 20 Minuten körnig ausquellen lassen.

---

2. Die Cranberries mit dem Agavendicksaft unter die Grütze mischen und diese lauwarm oder ganz abkühlen lassen.

---

3. Entweder die Beeren abbrausen, die Johannisbeeren von den Stielen streifen. Oder die Kirschen waschen, von den Stielen zupfen und entkernen - das geht am besten mit einem speziellen Kirschkernker. (Wer keinen hat, mischt die Kirschen unentkernt unter die Grütze und spuckt die Kerne beim Essen aus.)