

Rezept

# Buchweizenockerl in Aprikosensuppe

Ein Rezept von Buchweizenockerl in Aprikosensuppe, am 28.04.2024

## Zutaten

1/4 l Milch	<b>1 Päckchen</b> Bourbon-Vanillezucker
<b>125 g</b> Buchweizengrütze (im Naturkostladen mahlen lassen)	<b>250 g</b> Quark oder Topfen
<b>50 g</b> Zucker	<b>2</b> Eier (Größe M)
Salz	<b>1 TL</b> gemahlener Zimt
<b>3 EL</b> Zucker	<b>500 g</b> Aprikosen
<b>50 g</b> Sahne	<b>50 ml</b> Ahornsirup
	abgeriebene Schale von 1/2 unbehandelten Zitrone

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 zum Sattessen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 510 kcal

## Zubereitung

1. Milch mit dem Vanillezucker aufkochen, Buchweizen einrühren, Deckel auflegen, vom Herd ziehen und kurz quellen lassen. Dann in eine Schüssel füllen und 1-2 EL Quark oder Topfen unterrühren, damit der Brei geschmeidig bleibt. Auskühlen lassen.
2. Übrigen Quark oder Topfen mit Eiern, Zucker und Zimt unter den Brei mengen. In einem weiten Topf Wasser zum Kochen bringen, leicht salzen. Mit zwei Teelöffeln Nockerl von der Masse abstechen und ins Wasser geben, Hitze klein stellen, Knödel offen ungefähr 10 Minuten ziehen lassen.
3. Schon wenn das Wasser heiß wird, die Aprikosen waschen, aufschneiden, entsteinen, klein schneiden und mit 1/2 l Wasser und dem Zucker erwärmen. Deckel auflegen und die Früchte bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten garen, bis sie schön weich sind.
4. Die Aprikosen im Topf fein pürieren, mit Ahornsirup, Sahne und Zitronenschale verrühren. Aprikosensuppe auf tiefe Teller verteilen, Nockerl mit dem Schaumlöffel aus dem Topf fischen und in die Suppe setzen.