

Rezept

Gelbe Grütze

Ein Rezept von Gelbe Grütze, am 28.06.2026

Zutaten

1/2 Melone mit orangem Fruchtfleisch (Cantaloupe- oder Charentais-Melone, etwa 500 g)	250 g weiße Johannisbeeren
	500 g Nektarinen
	1 Päckchen Vanillepuddingpulver (zum Kochen)
1/2 l Orangensaft (am besten frisch gepresst)	3 EL Zucker
100 g Sahne	6 kleine Schraubgläser (je 250 ml Inhalt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 190 kcal

Zubereitung

1. Die Melone entkernen und in schmale Spalten schneiden. Von den Spalten die Schale abschneiden und das Fruchtfleisch in dünne Stücke teilen. Johannisbeeren waschen und mit einer Gabel von den Rispen streifen.
2. Die Nektarinen am Stein entlang rundherum einschneiden. Die Hälften gegeneinanderdrehen und auf diese Weise voneinander lösen. Die Steine entfernen und die Hälften in dünne Scheiben schneiden.
3. Das Puddingpulver mit 5 EL Orangensaft und dem Zucker verrühren. Das Obst mit dem übrigen Saft in einen Topf geben und aufkochen. Das angerührte Puddingpulver einrühren und alles noch 2 Minuten kochen lassen, dann den Topf sofort vom Herd ziehen.
4. Die gelbe Grütze noch heiß auf die Gläschen verteilen und zuschrauben. Abkühlen lassen und in die Picknicktasche packen. Die Sahne extra verpacken und später zur Grütze reichen, damit sich jeder davon darübergießen kann.