Rezept

Grießflammeri mit Erdbeersauce

Ein Rezept von Grießflammeri mit Erdbeersauce, am 04.06.2025

Zutaten

250 ml	fettarme Milch
	Salz
1/2 Päckchen	Vanillezucker
1/2 Blatt	Gelatine
200 g	frische Erdbeeren
1 Stück	dünn abgeschälte Bio-Zitronenschale
40 g	Hartweizengrieß
	flüssiger Süßstoff
50 g	Sahne
	Zitronenmelisse-Blättchen zum Garnieren

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Die Milch in einem kleinen Topf mit Zitronenschale und 1 Prise Salz erhitzen. Den Grieß einrühren und unter Rühren kochen, dabei die Hitze herunterschalten (Vorsicht, der Grießbrei spritzt leicht!).

2. Den Vanillezucker unter den Grießbrei rühren und mit Süßstoff nach Geschmack süßen, die Zitronenschale entfernen und den Brei beiseitestellen.

3. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen, abtropfen lassen und gründlich unter den heißen Grießbrei rühren. Diesen so lange kühl stellen, bis der Brei beginnt, fest zu werden. Die Sahne steif schlagen und unterziehen.

4. Zwei Tassen mit kaltem Wasser ausspülen und den Flammeri einfüllen. Abkühlen lassen und für 2-3 Std. in den Kühlschrank stellen.

5. Die Erdbeeren waschen, entkelchen, einige Beeren zum Garnieren vierteln und beiseitestellen. Die übrigen mit dem Stabmixer pürieren. Die erkalteten Flammeriportionen auf Dessertteller stürzen, jede mit etwas Sauce begießen und mit den geviertelten Erdbeeren und Zitronenmelisseblättchen garnieren.