

Rezept

Griessflammeri mit Pflaumensauce

Ein Rezept von Griessflammeri mit Pflaumensauce, am 26.04.2024

Zutaten

1/4 l Milch	1 EL Vanillezucker
1 EL Zucker	1 Prise Salz
40 g Weichweizengrieß	1 Eigelb
1 EL Butter	Fett für die Form
200 g Pflaumen (keine Zwetschgen!)	2 EL brauner Zucker
1 Gewürznelke	1/4 Zimtstange
Zimt zum Bestäuben (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal

Zubereitung

1. Für den Flammeri die Milch mit dem Vanillezucker, Zucker und Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Den Grieß einrieseln lassen und unter ständigem Rühren 3-4 Min. kochen.
2. Den Topf vom Herd nehmen. Das Eigelb und die Butter mit dem Schneebesen unter den Grieß rühren. Eine kleine Schüssel oder Puddingform (ca. 1/2 l Inhalt), 2 Tassen oder Portionsförmchen leicht einfetten und den Grießbrei einfüllen. Den Flammeri 2-3 Std. auskühlen lassen.
3. Inzwischen die Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen, dann mit dem braunen Zucker, Nelke, Zimtstange und 3-4 EL Wasser in einen Topf geben, aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Min. kochen lassen. Gewürze entfernen, Pflaumen pürieren und das Mus auskühlen lassen.
4. Vor dem Servieren den Flammeri auf 1 Teller stürzen (dafür mit einem heiß abgespülten Messer ringsum den Flammeri vom Formrand lösen und die Form kurz in heißes Wasser halten). Die Form abheben. Mit der kalten Pflaumensauce anrichten. Nach Belieben mit Zimt bestäuben.