

Rezept

Rote Grütze mit Zimt

Ein Rezept von Rote Grütze mit Zimt, am 09.06.2026

Zutaten

250 g Rote Johannisbeeren	250 g Schwarze Johannisbeeren
250 g Erdbeeren	250 g Himbeeren
40 g Speisestärke	400 ml roter Johannisbeernektar (ersatzweise Sauerkirchschaft)
100-150 g Zucker	1 Zimtstange

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Die Johannisbeeren im stehenden Wasser waschen, abtropfen lassen und von den Rispen streifen. Die Erdbeeren waschen, abtropfen lassen und ohne Blütenansätze halbieren oder vierteln. Die Himbeeren verlesen, aber möglichst nicht waschen.

2. Die Speisestärke mit 5 EL Saft glatt rühren. Den restlichen Saft mit 100 g Zucker und der Zimtstange aufkochen. Die Johannisbeeren dazugeben und 2 Min. kochen lassen. Die angerührte Speisestärke in die Flüssigkeit rühren und einmal aufkochen, bis die Mischung bindet. Dann die Erdbeerstückchen und Himbeeren untermischen. Nach Belieben mit restlichem Zucker nachsüßen. Die Grütze abkühlen lassen und die Zimtstange entfernen.