



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 50 g Speck
- 0,25 l Milch
- 50 g Butter
- 1 Stk. Ei
- 125 g Grieß
- 1 l Suppe
- Schnittlauch
- Salz

**Mein persönlicher Tipp**

Als Ersatz für die Rindsuppe kann natürlich auch ein Gemüsefond verwendet werden.:

**Eva Maria Lipp**

Ernährungsberaterin und  
Kochschulleiterin in Leoben

**Quellen:**

- Eva Maria Lipp: *Menüs aus dem Dampfgarer*

## Speckgrießknödelsuppe

für DampfgarerInnen

**Zubereitung**

- In einem kleineren dichten Gefäß die Butter mit der gesalzenen Milch auf der Universalgarstufe (100 °C) aufkochen.
- Den Grieß und den Speck zufügen und 5 Minuten dämpfen.
- Mit einem Schneebesen gut umrühren und noch 3 Minuten im ausgeschalteten Dampfgarer nachdämpfen lassen.
- Das Ei in die noch warme Masse einrühren.
- Aus der Knödelmasse 12 kleine Knödel formen.
- Diese in den Dampfsiebeinsatz legen und auf der Universalgarstufe (100 °C) 10 Minuten mit Dampf garen.
- In einer kräftigen Rindsuppe mit fein geschnittenem Schnittlauch anrichten und servieren.

