



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 4 Stk. Hollerbeeren-Dolden
- 1 Stk. reife Birne
- 8 Stk. Zwetschken
- 3 EL Zucker
- Zimt, gemahlen
- 0,25 l Wasser
- 1 EL Stärkemehl

Mein persönlicher Tipp

Hollerbeeren sollten nur gekocht verzehrt werden! Hollerspeisen sind vitamin- und mineralstoffreich (Vit. C und E, Provit. A, Kalium, Magnesium, Eisen). Noch heiß in Gläser gefüllt und gut verschlossen, lässt sich der Röster konservieren! - Um bessere Haltbarkeit zu erreichen, sterilisieren.:

Caecilia Geißegger

Referentin für Ernährung in Güssing

Quellen:

- Caecilia Geißegger:
Rezept aus Bäuerinnenkochkurs

Hollerröster

Zubereitung

- Holler waschen, abbeeren, Birne schälen, in Würfel schneiden, Zwetschken halbieren, entkernen und in Würfel schneiden.
- Wasser aufkochen, Obst und Zucker dazugeben, kurz köcheln lassen.
- Stärkemehl in kaltem Wasser anrühren und in den Röster geben.
- Röster kann warm oder kalt gegessen werden.
- Durch den herb-süß-säuerlichen Geschmack passt Hollerröster gut zu süßen Knödeln, wie Topfenknödeln, Zwetschkenknödeln, etc.