



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten:

100 g Hirse
250 ml Wasser
250 g Topfen
250 g Naturjoghurt
0,5 Stk. Vanillemark
2 Zucker
1 Prise Salz
200 g Früchte (nach Saison)

Mein persönlicher Tipp

Eine tolle Note bekommt diese Creme, wenn man sie mit etwas geriebener Tonkabohne verfeinert, auch geriebene Orangenschale macht sich gut.:

Renate Sieghartsleitner

Seminarbäuerin im Bezirk Kirchdorf

Quellen:

- Landwirtschaftskammer
Oberösterreich: *Kursunterlage
Raffinierte Getreideküche - wertvoll,
modern, köstlich*

Hirse-Topfen-Joghurt-Creme

Zubereitung

- o Hirse heiß waschen.
- o Wasser zum Kochen bringen, Hirse begeben 2-3 Minuten leicht köcheln lassen, Herd ausschalten und zugedeckt noch ca. 20 Minuten ausquellen lassen.
- o Die überkühlte Hirse in eine Schüssel geben und mit Topfen, Joghurt, Mark einer halben Vanilleschote, Zucker bzw. Honig und einer Prise Salz vermischen.
- o In kleine Gläser füllen.
- o Früchte (Erdbeere, Heidelbeere, Himbeere,...) pürieren und damit die Hirsecreme garnieren.