

#### 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

## Hirse-Topfen-Joghurt-Creme



Foto: Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

#### Zubereitung

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

#### Quellen:



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