



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 beigeben 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



Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
 Nachhaltigkeit und
 Tourismus

LE 14-20
 Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
 Landwirtschafts-Fonds für
 die Entwicklung des
 ländlichen Raums:
 Hier investiert Europa in
 die ländlichen Gemeinden

