



**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**

- 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.

**Quellen:**



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