Pflaumenkompott mit Grießnocken

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Pflaumen	1 kg
Rotwein, trocken	100 ml
Apfelsaft	300 ml
Brauner Zucker	90 g
Zimt	0.25 TL
Milch	125 ml
Butter	2 TL
Vanillinzucker	1 TL
Salz	
Hartweizengrieß	50 g
Eier	1 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, mittlerer Topf, großer Topf

1. Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und würfeln. In einem Topf Pflaumen, Rotwein, Apfelsaft, 80 g Zucker und ½ TL Zimt auf mittlerer Stufe aufkochen und zugedeckt ca. 25 Min. weich garen.

2. Inzwischen in einem weiteren Topf Milch, Butter, 2 TL Zucker, Vanillinzucker und 1 Prise Salz auf hoher Stufe aufkochen. Vom Herd nehmen und Hartweizengrieß unter Rühren einstreuen. In eine Schüssel geben und Ei mit einem Schneebesen unterrühren.

3. In einem weiten Topf ca. 3 l Salzwasser zum Kochen bringen. Mit zwei Teelöffeln kleine Nocken vom Grießbrei abstechen und im siedenden Wasser ca. 5 Min. gar ziehen lassen.

4. Pflaumenkompott abschmecken, evtl. noch etwas nachsüßen. Grießnocken auf Küchenkrepp abtropfen lassen, auf dem Kompott anrichten und mit Zimt bestäuben.

Viele Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	364 kcal
Kohlenhydrate	71 g
Eiweiß	6 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	6 g