

ROTE GRÜTZE – MEIN LIEBLINGSREZEPT

Eigentlich will ich euch schon wieder seit Wochen zeigen was in meinem Gemüsebeet so los ist, aber irgendwie komme ich einfach nicht dazu. Also konzentrieren wir uns jetzt einfach mal auf die Obsternte. Unser Kirschbaum hat dieses Jahr so viele Süßkirschen getragen wie noch nie zuvor... es waren sicherlich gute 500g. Nicht die Welt, aber wir haben uns gefreut! Die Stachelbeersträucher waren etwas zurückhaltender und haben zu dritt nur 350g auf die Waage gebracht – zwei der Sträucher haben rote Beeren, der dritte hat grüne Stachelbeeren. Trotzdem habe ich für mich entschieden, dass ich mit diesem optischen Makel in meiner roten Grütze leben kann. Die Johannisbeeren waren mal wieder nicht zu bremsen, die Äste der Hochstämmchen haben sich gebogen und waren voll mit kleinen roten Beeren. Jetzt stellte sich natürlich die Frage was ich aus diesem bunten Mix mache und die Antwort war „rote Grütze“! Wer sich jetzt denkt, dass man dafür doch eher Sauerkirschen nimmt – ja, kann man. Aber ich finde die Johannisbeeren geben schon eine ordentliche Portion Säure ab und mit den Süßkirschen habe ich mir einiges an Zucker gespart den ich sonst für gewöhnlich dazugeben würde. Falls ihr also auch noch einen bunten Mix an Beeren habt, kann ich euch meine rote Grütze nur empfehlen – aber Vorsicht, die hat Suchtpotential!



ZUTATEN FÜR CA. 1,7 KG ROTE GRÜTZE:

500g Süßkirschen

350g Stachelbeeren

500g rote Johannisbeeren

400ml roter Fruchtsaft

1 Vanilleschote

60g Zucker

3 EL Instantmehl Typ 405 oder Speisestärke

ZUBEREITUNG:

Die Kirschen entsteinen – bei dieser kleinen Menge mache ich das kurzerhand mit einem Messer. Die Johannisbeeren von den Rispen zupfen und von den Stachelbeeren die Stiele entfernen. Alle Beeren waschen und zusammen mit den Kirschen in einen kleinen Topf geben. Die Vanilleschote halbieren und auskratzen. Das Vanillemark zu den roten Früchten geben. Das Mehl oder die Speisestärke (ich persönlich finde die Konsistenz bei Instantmehl noch einen Tick besser) Mit etwas Saft verrühren und kurz beiseite stellen. Den restlichen Fruchtsaft zu den Beeren in den Topf geben und bei hoher Hitze schnell aufkochen.

Den Zucker einrühren und gut umrühren bis er sich gelöst hat. Die Hitze reduzieren und 1-2 Minuten später das Mehl langsam einrühren.

Köcheln lassen bis die rote Grütze die gewünschte Konsistenz hat. Bei mir dauert das in etwa 10 Minuten.

Die rote Grütze vollständig abkühlen lassen und mit Vanilleeis, pur, mit Vanillesauce, Joghurt oder Skyr servieren.

Ein Träumchen!



© katha-kocht!