



Klare Gemüsesuppe mit Grießnockerl

Grießnockerl

1 Ei (50 – 60 g)
gleich viel weiche Butter
doppelt Grieß

- Butter schaumig schlagen
- Ei hinzufügen
- Grieß beifügen, glatte Masse rühren
- mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen
- ca. 20 min im Kühlschrank ruhen lassen
- Nockerl formen und in warmes, gesalzenes Wasser einlegen
- Wenn das Wasser kocht, sofort zurückschalten, mit Deckel bedecken und 20 min ziehen lassen

Gemüsepulver

1 Karotte 2 Tomaten
1 gelbe Rübe 1/2 Zucchini
1 Sellerie

- das Gemüse cuttern und mit Salz würzen
- auf ein Blech flach aufstreichen
- in Ofen bei 50°C ca. 24-36 Std trocknen lassen
- 2-3 mal auflockern, man kann auch Kräuter wie Maggikraut, Petersilie oder Schnittlauch hinzufügen
- das getrocknete Gemüse zu feinem Staub cuttern
- in kochendem Wasser auflösen
- Gemüsesuppe & Grießnockerl gemeinsam anrichten

Gasthof zur Traube: Greinburgstraße 6, 4360 Grein
Tel.: 07268/312 | info@zurtraube-grein.at | www.zurtraube-grein.at

teilen spendet zukunft
aktion familienfasttag



Katholische
Frauenbewegung