

Rezept

Hirseauflauf mit frischen Beeren

Zutaten

200g Huber-Mühle
Hirse gelb
1 Liter Milch/Sojamilch
Vanille Geschmack
1 Prise Salz
Die Schale einer
unbehandelten Zitrone
3-4EL Honig
2 Eier
600-800g frische Beeren
(z.B. Brombeeren,
Himbeeren,
Johannisbeeren...)
Margarine für die Form

Zubereitung

Die Hirse im Topf leicht anrösten.
Die Milch, Salz und die Zitronenschale dazugeben.
Aufkochen und auf kleinster Stufe ca. 10min leicht köcheln
lassen, dann 20-30min nachquellen lassen.

Mit dem Honig den Hirsebrei süßen.
Die Eier trennen. Das Eigelb schaumig rühren und unter
die Hirsemasse geben. Nun auch das Eiweiß steif
schlagen und ebenfalls unter die Hirsemasse heben.

Die frischen Beeren locker unterheben.

Die Masse in eine gefettete Form oder ein feuerfestes
Pfännchen streichen.

Bei 180Grad im vorgeheizten Backofen ca. 20-25min
überbacken.

Wir wünschen gutes Gelingen!