

# Gemüsesuppe mit Grießklöschen



Rezept und Bild von Elke Greger, Theisa

Für 4 - 6 Personen

Zubereitung ca. 45. Min

Kochzeit ca. 60 Min.

## Zutaten für die Brühe

Frisches Suppengemüse ( Sellerie, Porree und Möhre), Zwiebel, Petersilie, Salz und Pfeffer.

Gemüse waschen, putzen und mit der Zwiebel und Salz in kaltem Wasser in einem größeren Topf ansetzen. Wenn das Gemüse kocht, auf kleiner Garstufe mind. 30 - 45 Min. köcheln lassen.

Man kann die Basis durch jedes kochbare Gemüse erweitern (Blumenkohl, Kohlrabi, Rosenkohl, usw.) oder auch die Brühe mit Fleischknochen ansetzen.

## Zutaten für die Grießklöschen

6 Eier

6 Eßl. Milch

400g Hartweizengrieß (1 Packung)

Petersilie, Muskat, Salz und Pfeffer

Alle Eier in einer Schüssel mit Salz, Pfeffer, Petersilie und frisch geriebenen Muskat mit einem Schneebesen verrühren. Nun gibt man genau 6 Eßl. Milch dazu und lässt, während man weiter rührt, den Grieß gleichmäßig in die Schüssel rieseln. Der Grieß bindet schnell die Eier, wird aber nicht zu fest. Nun die Masse mind.10 Min. ausquellen lassen.

Die Gemüsebrühe (entwickelt nach 45 Min. einen kräftigen Geschmack) lässt man nochmals aufkochen und sticht nun von der Grießmasse mit einem kleinen Löffel

kleine Portionen ab und schiebt sie mit einem anderen Löffel in die kochende Brühe. Diesen Vorgang rasch wiederholen bis die gesamte Grießmasse verarbeitet wurde. Einen kurzen Moment noch köcheln lassen und dann von der Kochstelle nehmen.

Je nachdem wie man die Konsistenz der Klöschen mag - sollen sie bissfest sein - dann noch einmal abschmecken und frisch gehackte Petersilie zugeben, fertig . Sollen die Klöschen weich sein, sollte man sie 10 Min. auf der Kochstelle (niedrigste Stufe) ausquellen lassen. Abschmecken, mit Petersilie verfeinern und fertig.

**Gutes Gelingen! Und Guten Appetit!**



### **Vorteile einer Gemüsebrühe**

- sie ist leicht verdaulich und macht trotzdem satt
- nach einer Krankheit wirkt sie stärkend
- es wird eine einfache und schnelle Zubereitung garantiert
- Achtung: Fleischbrühe verlängert die Garzeit