



Omas Tipp



Großmutter's Grütze

Ob rot, grün oder gelb, die Grütze ist ein echter Küchenklassiker. Am besten schmeckt das Sommerdessert nach Omas altem Hausrezept ...

Sie ist längst fester Bestandteil der Familientradition und das Rezept wird von Generation zu Generation weitergegeben. Oma macht sie in zwei Varianten: in Grün und in Rot und welche davon besser ist, wird jedes Mal beim Familienfest neu diskutiert.

Ursprung und Abwandlung

Die rote Grütze ist eine typisch norddeutsche Süßspeise und dort unter „Rode Grütt“ bekannt. Klassisch enthält sie Rote und Schwarze Johannisbeeren sowie Himbeeren, Erdbeeren, Blaubeeren und

Kirschen waren ursprünglich nicht enthalten. Der Name Grütze erklärt sich dadurch, dass ursprünglich Grieß, Grütze oder Sago, ein aus granulierter Stärke gewonnenes Bindemittel, und Fruchtsaft verwendet wurden. Heute benutzt man zum Binden eher Speisestärke oder Puddingpulver. Oma und ihre Vorfahren jedoch verwendeten immer schon alle Beerenfrüchte, die im Garten gerade reif und rot waren (für die grüne Grütze werden traditionell Stachelbeeren und Trauben genommen). Die Früchte werden mit Fruchtsaft und

Zucker aufgekocht und mit in Fruchtsaft verrührter Speisestärke gebunden – so gibt es keine Klümpchen! Anschließend die Grütze in einer Schüssel ca. 5 Stunden kalt stellen – fertig! Frische Grütze hält sich im Kühlschrank übrigens fünf bis sechs Tage.

Dazu gehört Vanillesoße!

Für die Vanillesoße benötigen Sie 1 Vanilleschote, 1 l Milch, 30 g Speisestärke, 2 Eigelb (Größe M) und 60 g Zucker. Und so geht's: Die Vanilleschote halbieren und auskratzen, anschließend das Mark und die Schote mit 900 ml Milch unter gelegentlichem Rühren langsam aufkochen. Sobald die Milch leicht sprudelnd kocht, die Stärke mit der restlichen Milch glatt rühren und in die heiße Flüssigkeit geben. Die Eigelbe mit dem Zucker verquirlen, Topf vom Herd stellen und die Masse unter kräftigem Rühren in die Milch geben. ♦



Rote Grütze

Zutaten für 4 Portionen

1 kg gemischte Beeren (z. B. Johannisbeeren, Himbeeren, Erdbeeren und Blaubeeren), 500 ml roter Fruchtsaft (z. B. Kirschsafte), 50 g Speisestärke, 100 g Zucker, 1 Vanilleschote, 1 Zimtstange, 1 Prise Salz

Zubereitung

Die Beeren waschen, beschädigte Früchte auslesen und alles beiseitestellen. Vom Saft etwa 150 ml abnehmen und mit der Speisestärke verrühren. Anschließend einen geeigneten Topf aufstellen und den Zucker darin langsam schmelzen und leicht karamellisieren lassen. Sobald der Zucker eine nussbraune Farbe bekommt, mit dem restlichen Fruchtsaft ablöschen. Vanilleschote halbieren und auskratzen, Mark und Schote mit der Zimtstange und dem Salz in die köchelnde Flüssigkeit geben. Nun die Stärkemischung unterrühren und 2 Minuten weiterkochen. Die Beeren dazugeben, am besten zuerst die festschaligen Früchte wie Johannisbeeren. Sind Himbeeren dabei, diese zuletzt unterrühren, da sie am schnellsten zerfallen. Die Grütze mit den Beeren einmal kurz aufkochen lassen, eventuell mit zusätzlichem Zucker abschmecken. Ist sie süß genug, sofort vom Herd nehmen, da die Beeren nicht zerfallen sollen.

Grüne Grütze

Zutaten für 4 Portionen

1 kg grüne Früchte (z. B. Stachelbeeren und kernlose Weintrauben), 350 ml heller Fruchtsaft (z. B. Birnensaft), 30 g Speisestärke, 100 g Zucker, 1 Vanilleschote, 1 Zimtstange, 1 Prise Salz

Zubereitung

Die Früchte waschen, beschädigte auslesen und größere Früchte klein schneiden, sodass alle Zutaten etwa eine Größe haben. Vom Saft etwa 100 ml abnehmen und mit der Speisestärke verrühren. Den restlichen Saft zum Kochen bringen, Zucker zugeben und die Stärkemischung einrühren, dabei noch 2 Minuten weiterkochen. Vanilleschote halbieren, auskratzen, Mark und Schote mit der Zimtstange und dem Salz zugeben. Anschließend die vorbereiteten Früchte vorsichtig unterheben und einmal kurz aufkochen lassen. Abschmecken und eventuell nochmals Zucker zufügen, dann sofort vom Herd nehmen.

