

MAI

JUNI

JULI

# Rezept des Monats - Juni

## Grießnockerln mit frischen Erdbeeren

750 ml Milch 1,5 % Fett  
150 g Grieß  
½ Päckchen Vanillezucker  
1 Prise Salz  
2 Eigelbe  
2 EL Zucker

600 g Erdbeeren  
100 g Joghurt 1,5 % Fett  
½ Päckchen Vanillezucker

Garnitur: frische Pfefferminzblätter

### Zubereitung

Die Milch erhitzen und nach und nach Grieß, ½ Päckchen Vanillezucker und Salz einrühren. Die Masse unter ständigem Rühren kurz aufkochen. Etwas abkühlen lassen und die Eigelbe unterziehen. Den Grießbrei mit 2 EL Zucker süßen und auskühlen lassen. Anschließend mit zwei Eßlöffeln aus dem abgekühlten Grießbrei 12 Nockerln formen.

Inzwischen die Erdbeeren waschen, putzen und das Grün entfernen. Einige Erdbeeren mit Joghurt und ½ Päckchen Vanillezucker fein pürieren. Die restlichen Erdbeeren in Scheiben schneiden.

Die Erdbeerscheiben jeweils fächerförmig auf einem Teller anrichten und drei Grießnockerln auf die Erdbeeren legen. Mit Erdbeeryoghurt beträufeln und mit Pfefferminze garnieren.



[www.1000rezepte.de](http://www.1000rezepte.de)

### Nährwertangaben pro Person:

Kcal	KJ	Eiweiß	Fett	Cholesterin	Kohlenhydrate	BE	Ballaststoffe
354	1485	14 g	8 g	170 mg	54 g	4,5	6 g



**Guten Appetit!**

Rezepte sind für 4 Personen bemessen.

Weitere Rezepte finden Sie auf  
[www.cholesterin.msd.de](http://www.cholesterin.msd.de)

**CHOLESTERIN**

**MSD**