



Grißflammeri mit Heidelbeerkompott

(für 4 Portionen)

Zutaten:

½ l Milch, 1 Prise Salz, 2 TL gehackte Mandeln, Saft und abgeriebene Schale einer halben unbehandelten Zitrone, 6 EL Zucker, 50 g Pomps® Kindergriß, 1 Ei (Gew.-Kl. M), 250 g Heidelbeeren (frisch oder gefroren), 2 gestrichene EL Speisestärke

Zubereitung:

Milch, Salz, Mandeln, Zitronenschale und 3 EL Zucker zum Kochen bringen. Griß unter Rühren mit dem Schneebesen einstreuen, kurz aufkochen und abkühlen lassen.

Ei trennen. Eigelb verquirlen und unter die Grißmasse rühren. Eiweiß steif schlagen und unterheben. Flammeri in 4 kleine Förmchen (ca. 9 cm Ø) füllen und kalt stellen.

Heidelbeeren waschen und verlesen bzw. auftauen lassen. Die Hälfte der Heidelbeeren pürieren, mit Wasser zu ¼ l Flüssigkeit auffüllen und 3 EL Zucker dazugeben. Kurz kochen lassen. Speisestärke in 2 EL Wasser anrühren, hinzufügen, aufkochen lassen und restliche Heidelbeeren dazugeben. Mit Zitronensaft abschmecken und erkalten lassen.

Heidelbeerkompott zu den Flammeris servieren.

Tipp: Wenn Sie die Flammeris stürzen wollen, spülen Sie die Förmchen vorher mit kaltem Wasser aus.

