

Holunderbeerensuppe



Zutaten

500 g Holunderbeeren
¼ Liter Wasser

20-30 g Stärkemehl
4 EL Wasser

Zucker
3 EL Milch
Zitronenschale, unbehandelt
Zimt
Nelken

Tipp:
Pflaumen und Birnenscheiben können mitgekocht werden.

Zu der Suppe können Zwieback, Cornflakes oder Grießklößchen gereicht werden.

Zubereitung

Holunderbeeren von den Stielen streifen, waschen und mit ¼ Liter Wasser etwa 5 Minuten kochen. Anschließend die Fruchtmasse durch ein Sieb drücken.

Die Stärke mit 4 EL Wasser in einer Tasse anrühren und unter die heiße Fruchtmasse geben.

Die Fruchtmasse unter Rühren nochmals aufkochen lassen und mit Milch, Zucker, geriebener Zitronenschale, Zimt und Nelken abschmecken.