

# Weizengrieß



HARTLIEB  
Ölmühle

Weizengrieß ist ein Zwischenprodukt bei der Mehlerzeugung. Aufgrund seiner körnigen Struktur eignet sich Weizengrieß für Suppeneinlagen (Grießnockerl), aber auch für Kuchen, Aufläufe oder süße Desserts, wie beispielsweise Grießschmarren, Grießpudding oder Grießknödel.

## Nährwerte

100 g enthalten durchschnittlich

Energie	1496 kJ/ 352 kcal
Fett	0,6 g
davon gesättigte Fettsäuren	0 g
Kohlenhydrate	75 g
davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	11 g
Salz	0 g

## Zubereitung - Grießnockerl

50 g Butter; 100 g Weizengrieß; 1 Ei; ½ TL Salz; 1 Prise Muskat

Zimmerwarme Butter cremig rühren, Ei zugeben und zusammen mit dem Salz und Muskat schaumig rühren. Grieß untermischen und 15 Minuten ziehen lassen. Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Mit 2 feuchten Teelöffeln Nockerln aus der Masse formen, diese auf einen Teller setzen. Alle Nockerl auf einmal ins kochende Wasser geben, für 20 Minuten leicht sieden lassen und für weitere 20 Minuten ziehen lassen.

## Zubereitung – Grießkoch

500 ml Milch; 70 g Grieß; 1 ½ EL Zucker; 1 EL Butter; 1 Prise Salz; Zimt und Zucker oder geriebene Schokolade zum Bestreuen

Die Milch mit Butter in einem Topf langsam aufkochen lassen. Mit Zucker und einer kleinen Prise Salz würzen. Nun den Grieß langsam einlaufen lassen. Unter ständigem Rühren einige Minuten sämig einkochen lassen. Je länger der Brei kocht, desto fester wird er. Währenddessen Zucker nach Belieben mit reichlich Zimt vermengen. Fertiges Grießkoch in vorgewärmten Tellern anrichten und je nach Belieben mit Zimtzucker bestreuen und mit brauner Butter beträufeln oder nur mit geriebener Schokolade bestreuen.

## Haltbarkeit und Lagerbedingungen

12 Monate. Trocken, vor Licht geschützt und gut verschlossen lagern.

## Allergene

**Gluten.**

Ölmühle Hartlieb GmbH  
Mühlweg 1  
A-8451 Heimschuh  
03452/82551  
www.hartlieb.at