

Luzärner Chriesisuppe

EINFACH

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.
Ziehen lassen: ca. 4 Std.
ergibt ca. 1 Liter
Dessert für 4 Personen

750 g Kirschen, entsteint
(ergibt ca. 700 g)

80 g Zucker

120 g Mehl

6 dl Milch

1. Kirschen mit dem Zucker in einer Schüssel mischen, zugedeckt ca. 2 Std. ziehen lassen. **2.** Mehl unter Rühren mit dem Schwingbesen in einer Chromstahlpfanne haselnussbraun rösten, herausnehmen, in einer Schüssel auskühlen. **3.** Milch unter Rühren mit dem Schwingbesen dazugiessen, glatt rühren. Kirschen mit dem Saft darunter mischen. Suppe zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. ziehen lassen. Vor dem Servieren durchrühren.

Pro Person: 6 g Fett, 10 g Eiweiss,
72 g Kohlenhydrate, 1629 kJ (390 kcal)

