



Dinkel - Topfenockerl mit Quittenkompott

Rezept nach Hildegard von Bingen



Rezept

½ kg
14 dag
14 dag
14 dag
3 Stück

Passierter Magertopfen vom Bauernhof
Dinkelvollkorngrieß
Dinkelvollkornmehl
Butter
Eier
etwas Salz

Zubereitung

Alle Zutaten gut vermischen und eine halbe Stunde rasten lassen. Anschließend daraus Nockerl formen, in siedendem Salzwasser 10 Minuten kochen und in Dinkelbrösel wälzen. Mit Rohrzucker und zerlassener Butter bestreuen.

Die Nockerl mit Quittenkompott servieren.

Schwingungsrate

7, 7, 9, 9, 9, 9, 9 (1,9 Hertz)

Musikempfehlung

Moment musical Nr. 3 op. 94 D. 780 von Franz Schubert

0, 0, 0, 0, 0, 0, 0 (43,9 Hertz)

© Heidemarie Wolf - Therapeutin für Naturheilméizin und spirituelles Heilen

Am Wassersprung 44/4
A - 2361 Laxenburg

TreustraÙe 92/6/4/10
A - 1200 Wien

Tel.: +43 664 4089485
Email: hw@heidemarie-wolf.at
Internet: www.heidemarie-wolf.at