

## Sterz



Foto: Kurt-Michael Westermann

### Zubereitung:

Für den **Sterz** Milch aufkochen, Zucker und Polenta oder Grieß einrühren. Unter Rühren auf kleiner Flamme ca. 4-5 Minuten köcheln lassen. Mit einer Prise Salz, Orangen- und Zitronenschale abschmecken. Eingeweichte und gut ausgedrückte Gelatine in der warmen Polentamasse auflösen und Masse abkühlen bzw. leicht stocken lassen. Währenddessen Obers halbsteif schlagen.

Mit Staubzucker vermischen und die Hälfte locker nach und nach unter die Sterzmasse rühren. Anschließend Sterzmasse kurz unter restliches Obers heben.

In gut gebutterte und mit Zucker ausgestreute Förmchen füllen und einige Stunden oder über Nacht kalt stellen. Vor dem Stürzen mit einem scharfen Messer vom Rand lösen oder kurz in heißes Wasser tauchen.

### Tipp:

Der an sich neutrale Sterz erhält durch die Zugabe von verschiedenen Zutaten wie etwa Mohn, Zimt oder zerkleinertem Dörrobst (Apfelringe, Rosinen, Zwetschken) neue Geschmacksakzente.

Die Masse eignet sich auch als Tortenfülle.

**GARNITUREMPFEHLUNG** : Heiße Himbeeren, Erdbeerragout (Erdbeermark mit Erdbeerstücken und Zucker verrühren), Hollerröster, Rumfrüchte od. gedünstetes Dörrobst



### Quelle:

#### Die Steirische Küche

Willi Haider und Christoph Wagner

**Kochdauer:** Mehr als 60 min

**Schwierigkeit:** Hobby-Koch

**Menüart:** Kindergerichte , Dessert kalt

**Region:** Österreich , Steiermark

**Eigenschaften:** Preiswerte Küche , für Feinschmecker

### Zutaten für 6 Portionen:

- 250 ml Milch
- 2-3 EL Zucker
- 40 g Polenta (oder Grieß)
- Salz
- Orangenschale
- Zitronenschale
- 2-3 Blätter Gelatine
- 200 ml Schlagobers
- 30 g Staubzucker
- Butter (für die Förmchen)
- Kristallzucker (für die Förmchen)