

## Hirsennocken

### Zutaten:

1 Tasse Hirse  
2 Tassen Wasser, mit 1 ½ TL Gemüsebrühe  
Pfeffer, Koriander, Curry, Muskat  
1 TL Butter  
100 g Quark  
100 g Käse  
frische Petersilie, fein gehackt

### So geht's:

Hirse waschen und mit der Gemüsebrühe 20 Min. kochen und 20 Min. nachquellen lassen. Hirse abkühlen, Butter, Petersilie, Gewürze, Quark, Käse dazugeben und gut vermengen. Aus der Masse mit zwei Suppenlöffel Nocken abstechen, auf ein Backblech legen und bei 200°C 15-20 Minuten backen. Dazu Möhren in Senfsoße.

Guten Appetit!