



EINKORNMILCHREIS MIT ÄPFELN

Zutaten (ca. 4 Portionen)

1000 ml Milch
300 g Einkornreis
3 EL Zucker
1 Pkg. Vanillezucker
¼ TL Zimt
Abgeriebene Schale einer halben Zitrone

2 Äpfel
2-3 EL Rosinen
3 EL Mandelblättchen
½ TL Zimt
2 TL Honig
Saft einer halben Zitrone



Zubereitung:

1. Milch, Einkornreis, Zucker, Vanillezucker, Zimt und die abgeriebene Schale einer halben Zitrone in einem (beschichteten) Topf zum Kochen bringen.
2. Temperatur zurückschalten und auf kleiner Flamme ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen, bis der Einkornreis weich, aber noch etwas bissfest ist und alle zu einer cremigen Konsistenz eingekocht ist.
3. Den Topf von der Herdplatte nehmen und noch ca. 5 Minuten ziehen lassen.
4. In der Zwischenzeit die Äpfel waschen und klein würfelig schneiden.
5. In einem Topf die Apfelwürfel mit Zitronensaft, Zimt, Rosinen und einem Schuss Wasser erhitzen, und leicht köcheln lassen, bis die Äpfel weich sind. Honig und Mandelblättchen zugeben und gemeinsam mit dem Einkornmilchreis servieren.