

Rezept

Goldener Milchreis

Ein Rezept von Goldener Milchreis, am 06.05.2024

Zutaten

150 g Milchreis	3 EL Rohrohrzucker
1 TL gemahlene Kurkuma	1 Msp. Vanilleextrakt (ersatzweise 1 TL Vanillezucker)
Pfeffer (nach Beileiben)	400 ml Milch
$\frac{1}{2}$ Granatapfel	1 EL Sesam

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal, 11 g F, 14 g EW, 104 g KH

Zubereitung

1. Den Milchreis in einen Topf geben. Den Rohrohrzucker, die Kurkuma, den Vanilleextrakt und nach Belieben 1 Prise Pfeffer dazugeben.
2. Die Milch dazugießen und alles zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und den Milchreis bei sehr kleiner Hitze ca. 20 Min. zugedeckt sanft köcheln lassen, dabei immer mal wieder umrühren.
3. Inzwischen die Granatapfelhälfte über einer Schüssel umstülpen und die Kerne mithilfe eines Teelöffels herauslösen. Dabei die weiße Innenhaut entfernen und den austretenden Saft auffangen. Den Sesam in einer kleinen Pfanne ohne Fett anrösten.
4. Goldenen Milchreis auf zwei Schalen verteilen. Mit Granatapfelsaft und -kernen sowie Sesam garnieren.