

Rezept

Graupenrisotto mit Pflaume

Ein Rezept von Graupenrisotto mit Pflaume, am 18.12.2025

Zutaten

300 ml Milch (1,5 % Fett)

20 g Perlgraupen

7 entsteinte Soft-Trockenpflaumen (ca. 30 g)

1 TL Vanillezucker

1 Prise Zimtpulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Portion | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

- 1.** Milch und Graupen in einen Topf geben und offen zum Kochen bringen. Alles bei kleiner Hitze in ca. 25 Min. gar köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren.

- 2.** Die Pflaumen fein würfeln. Die gegarten Graupen mit Vanillezucker abschmecken, Pflaumen unterziehen und das Risotto in eine Schüssel geben. Mit 1 Prise Zimt bestreuen.