

Rezept

Graupenrisotto mit Pflaume

Ein Rezept von Graupenrisotto mit Pflaume, am 18.12.2025

Zutaten

300 ml Milch (1,5 % Fett)

7 entsteinte Soft-Trockenpflaumen (ca. 30 g)

1 Prise Zimtpulver

20 g Perlgraupen

1 TL Vanillezucker

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.