

Rezept

Milchreis mit Früchten

Ein Rezept von Milchreis mit Früchten, am 09.09.2024

Zutaten

800 ml Milch	1 Pck. Vanillezucker
1 Prise Salz	150 g Milchreis
2 Äpfel (300 g)	1 Birne (300 g)
100 ml Fruchtsaft (z. B. Apfel, Orange ...)	1-2 EL Rohrohrzucker
2 Kekse	

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal, 17 g F, 21 g EW, 135 g KH

Zubereitung

1. Die Milch mit Vanillezucker und Salz aufkochen. Dann den Reis einrühren und bei schwacher Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren.

2. Inzwischen Äpfel und Birne waschen, halbieren und die Kerngehäuse entfernen. Die Früchte klein schneiden und mit dem Saft in einem Topf bei geschlossenem Deckel und schwacher Hitze ca. 10 Min. weich dünsten.

3. Den Milchreis vom Herd nehmen und nach Belieben süßen. Zum Mitnehmen in Boxen packen, mit Apfel-Birnen-Mix toppen und die Kekse darüberbröseln.