



## Feiner Zitronen-Milchreis

mit Pflaumenkompott und Pinienkernen

20-30min 2 Personen

In diesen Milchreis könnte man sich glatt reinlegen, er ist soooo lecker! Als Basis verwendest du feinen Carnaroli-Risottoreis, dazu gibt es ein frisches Pflaumenkompott mit Zitrone und einer aromatischen Blütenmischung, geröstete Pinienkerne sind das crunchy i-Tüpfelchen on top.

## Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Milch <sup>7</sup>
- 200g Risottoreis
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Pinienkerne
- 4 Pflaumen
- 1 Päckchen „Flower Power“- Gewürzmischung
- 1 Päckchen Vanillinzucker

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- kleiner Kochtopf
- kleine Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 714kcal, Fett 10.1g, Kohlenhydrate 134.6g, Eiweiß 17.6g



**1. Milch aufkochen**

Die **Milch** mit 400ml Wasser in einem mittelgroßen Topf zum Kochen bringen. **Vorsicht**, die **Milch** darf nicht überkochen oder anbrennen. Sobald sich kleine Bläschen bilden, die **Milch** nicht aus den Augen lassen.



**4. Pinienkerne rösten**

Die **Pinienkerne** in einer kleinen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell verbrennen. Die **Pflaumen** halbieren, entsteinen und in ca. 1cm kleine Würfel schneiden.



**2. Milchreis zubereiten**

Sobald die **Milch** aufgekocht hat, die Hitze auf die niedrigste Stufe reduzieren und den **Reis**, 1 Prise Salz sowie 1-2EL Zucker unterrühren. Den **Reis** unter stetigem Rühren ca. 25Min. cremig einkochen lassen.



**5. Kompott zubereiten**

Die **Pflaumenwürfel** mit 1-2EL Zucker, **2EL Zitronensaft** und 2-3EL Wasser in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze 2-4Min. sanft köcheln lassen. Das **Kompott** mit **1-2TL Blütenmischung nach Geschmack** verfeinern.



**3. Zitrone vorbereiten**

Inzwischen die **Zitronenschale** abreiben, dabei darauf achten, dass nichts vom weißen, bitteren Teil der **Schale** abgerieben wird. Die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen. Die **zweite Hälfte** wird nicht benötigt.



**6. Milchreis fertigstellen**

Den **Milchreis** mit dem **Vanillezucker** verfeinern und nach Geschmack **2-4TL Zitronensaft** unterrühren. Ein wenig abkühlen lassen, dann den **Milchreis** mit dem **Kompott** anrichten und mit **Pinienkernen** bestreut servieren.