



## Feiner Zitronen-Milchreis

mit Pflaumenkompott und Pinienkernen

 20-30min  3-4 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

- 1 Packung Milch 7
- 400g Risottoreis
- 2 unbehandelte Zitronen
- 1 Packung Pinienkerne
- 7 Pflaumen
- 1 Päckchen „Flower Power“- Gewürzmischung
- 2 Päckchen Vanillinzucker

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker

## Küchenutensilien

- großer 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 727kcal, Fett 12.7g, Kohlenhydrate 132.8g, Eiweiß 17.4g



### 1. Milch aufkochen

Die **Milch** mit 600ml Wasser in einem großen 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 2EL Zucker unterrühren. Den **Reis** unter stetigem Rühren ca. 25Min. cremig einkochen lassen.



### 5. Kompott zubereiten

Die **Pflaumenwürfel** mit 2-3EL Zucker, **3EL Zitronensaft** und 4-5EL Wasser in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze 2-4Min. sanft köcheln lassen. Das **Kompott** mit **2-3TL 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 auspressen.



### 6. Milchreis fertigstellen

Den **Milchreis** mit dem **Vanillezucker** und der **Zitronenschale nach Geschmack** verfeinern. Ein wenig abkühlen lassen, dann den **Milchreis** mit dem **Kompott** anrichten und mit **Pinienkernen** bestreut servieren.