



Milchreis mit kandierten Walnüssen

und Mohn, dazu feines Apfel-Kaki-Kompott

20-30min 2 Portionen

Milchreis ist so ein Gericht, von dem es fast so viele Variationen gibt wie Länder und Kulturen – was es beinahe unmöglich macht, zu bestimmen, wann oder wo das Gericht erfunden wurde. Was für den kulinarischen Historiker eine Qual sein mag, bedeutet für uns vor allem eins: unendliche Inspiration! Heute servieren wir die Süßspeise mit kandierten Nüssen und Mohn und zaubern ein fruchtiges Kompott aus Apfel und Kaki dazu. Mmh!

Was du von uns bekommst

- 200g Risottoreis
- 200g Zucker
- 50g Walnusskerne²
- 200ml Kochsahne¹
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Apfel
- 1 Kaki
- 2 Pck. Blaumohn

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Butter¹
- Salz

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- kleiner Topf
- Sparschäl器
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Backpapier

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

Allergene

Milch (1), Schalenfrüchte (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1070kcal, Fett 42.3g, Kohlenhydrate 153.4g, Eiweiß 15.7g



1. Reis ansetzen

In einem mittelgroßen Topf 400ml Wasser für den **Reis** zum Kochen bringen. Den **Reis** mit 1 Prise Salz in das kochende Wasser geben und abgedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10Min. köcheln lassen.



2. Nüsse kandieren

Inzwischen in einem kleinen Topf **2EL Zucker** mit 1EL Wasser bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen. Dabei nicht rühren, sondern nur den Topf ab und an bewegen. Wenn der **Zucker** goldbraun geschmolzen ist, den Topf vom Herd nehmen und die **Walnüsse** mit 1TL Butter und 1 Prise Salz unterrühren. Die **Walnüsse** auf ein Stück Backpapier geben und abkühlen lassen. Den Topf aufbewahren.



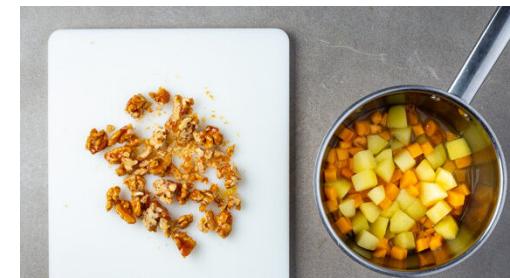
4. Kompott vorbereiten

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Apfel** schälen, entkernen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Mit 100ml Wasser und **1EL Zucker** in den Nusstopf geben, zum Kochen bringen und 5-8Min. sanft köcheln lassen, bis die **Apfelstücke** weich sind.



3. Sahne zugeben

Nach 10Min. Kochzeit die **Sahne** unter den **Reis** rühren und den **Reis** weitere 8-10Min. ohne Deckel cremig einkochen lassen. Dabei regelmäßig umrühren, damit der **Reis** nicht ansetzt, und ggf. noch etwas Wasser hinzugeben.



5. Kompott fertigstellen

Die **Kaki** in kleine Würfel schneiden und mit den gegarten **Äpfeln** vermengen. Das **Kompott mit Zitronenschale und -saft** abschmecken und warm halten. Die **Walnüsse** grob hacken.



6. Reis verfeinern

Den **Reis** mit dem **Mohn**, **2EL Zucker** und Salz nach Geschmack verfeinern. Mit dem **Apfel-Kaki-Kompott** und den kandierten **Nüssen** anrichten und servieren.