



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 Gewürz-Blüten-Mischung. Geröstete Pinienkerne sind das crunchy i-Tüpfelchen on top.

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Milch ⁷
- 200g Risottoreis
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Pinienkerne
- 4 rote Pflaumen
- 1 Päckchen „Flower Power“- Gewürzmischung
- 1 Päckchen Vanillezucker

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- kleine Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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 763kcal, Fett 16.9g, Kohlenhydrate 136.7g, Eiweiß 18.1g



1. Milch aufkochen

Die **Milch** mit 300ml 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 anrösten

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 Gewürzmischung 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.