

Dinkelporridge mit Orangen-Zimt-Note

50–60 Min

Zubereitung

1 Für das Porridge Milch aufkochen, Dinkel- und Haferflocken, Mandeln sowie Kokosblütensirup zugeben. Unter regelmäßigem Rühren und bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis eine sämige Konsistenz entsteht. Jetzt Backofen auf 190 °C vorheizen.

2 Für die Früchte aus dem Backofen die Äpfel schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Dörrpflaumen in Scheiben schneiden. Beides mit Honig vermischen, in einer feuerfesten Form verteilen und die Zimtstange darauflegen. Die Früchte im Backrohr 10–20 Minuten backen, Wasser nach Bedarf hinzufügen.

3 Für das Krokant Chiasamen, 70 g Zucker und Wasser in eine Pfanne geben und bei starker Hitze rasch zum Kochen bringen. Unter ständigem Rühren mit einem Kochlöffel nach etwa zwei Minuten den restlichen Zucker einstreuen und weiterrühren, bis der Zucker zu kristallisieren beginnt und wieder eine feste, krümelige Konsistenz entsteht.

4 Weitere zwei Minuten rühren, sodass die Chiasamen eine leicht karamellisierte Kruste erhalten. Auf ein Backpapier streuen und erkalten lassen. Zum Schluss Porridge in eine Schüssel füllen, Chiasamen-Krokant und die Früchte darauf verteilen und genießen.

Zutaten für 4 Portionen

= Kotányi Produkte

Für das Porridge

700 ml	Pflanzliche Milch
70 g	Dinkelflocken
70 g	Haferflocken
30 g	Mandeln
80 g	Kokosblütensirup
0.5 TL	Orangenschale, gerieben
0.5 TL	Ingwer gemahlen
1 Stk.	Zimt ganz

Für den Chiasamen-Krokant

50 g	Chiasamen
100 g	Rohrohrzucker
40 ml	Wasser

Früchtetopping aus dem Backofen

400 g	Äpfel
50 g	Dörrpflaumen
35 g	Honig
1 Stk.	Vanille Bourbon Schote ganz
	Wasser nach Bedarf