



## Saftiger Reis mit Birnenkompott

### Zutaten für eine Person

½ Tasse Reis, 2 süsse Birnen, 1 EL Gerstenmalz oder anderes Süssungsmittel, 1 Prise Bourbon Vanille, 1 TL Leinöl, Ingwer (frisch), Salz, Zitronensaft, Prise Kakao, 1 Gewürznelke, Zitronenschale

Zusätzlich je nach Geschmack können Fenchelsamen, Koriander, Kardamon ergänzt werden.

### Zubereitung Reis

E	Reis in die Pfanne geben
M	Würzen mit Ingwer
W	Reis mit kaltem Wasser aufgiessen, mit Salz würzen
H	Einige Tropfen Zitronensaft
F	Wenig Zitronenschale
E	Vanille beifügen

### Zubereitung Kompott

E	Birnen mit Wasser zu einem Kompott kochen und würzen mit:
M	Nelken
W	Prise Salz
H	Zitronensaft
F	Kakao
E	Zuletzt wird mit Vanille und Gerstenmalz abgeschmeckt

ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Reis und Kompott zusammen anrichten.