



Frühstücksquinoa

Desayuno de Quinoa

Herkunft: Peru

Kategorie: Hauptspeisen, Getreide, Brotspeisen

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

150 g Quinoa

1 Liter Milch

1 EL Zucker

6 Gewürznelke(n)

1 Zimt

1 Prise Salz

Zubereitung

Quinoa waschen, abtropfen lassen, mit der Milch, Nelken, Zimtstange und Zucker zum kochen bringen. Bei geringer Hitze kochen lassen. Salz zugeben. Nelken und Zimtstange aus der Masse entfernen und mit einem Mixer ca. 2 Minuten gut durchmischen, es sollte flüssiger werden, nach Bedarf Milch hinzufügen. Zur Verfeinerung des Geschmacks kann man etwas Sahne unterheben. Warm servieren.