

## Informationen zur Sendung vom 02.08.2024

### Milchreis zu Mirabellenröster

Von Ulla Scholz

## Zutaten für 4 Portionen

### Milchreis

250 g Milchreis  
500 ml Wasser  
250 ml Milch  
200 g Sahne  
1 Päckchen Vanillezucker  
2 – 3 EL Zucker  
Etwas Zitronenschale

### Mirabellenröster

750 g Mirabellen  
1 Zitrone  
100 g brauner Zucker

### Außerdem

1 TL Zimt  
2 EL brauner Zucker  
Minz- oder Salbeiblättchen zur  
Dekoration

## Zubereitung

Für den Mirabellenröster das Obst waschen und entkernen. Die Früchte in eine flache, ofenfeste Kasserolle geben und mit Zitronensaft und Zucker verfeinern. Die Mirabellen bei 180 Grad für circa 25 Minuten garen. Sie sollten weich sein, aber trotzdem ihre Form behalten. Den Röster zur Seite stellen und abkühlen lassen.

Für den Milchreis die Körner gründlich waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Einen halben Liter Wasser erhitzen und den Reis einmal darin aufkochen. Die Herdplatte auf geringste Stufe einstellen und den Reis mit Deckel ziehen lassen. Nach ungefähr 20 Minuten 250 ml heiße Milch angießen, mit Zucker, Vanillezucker und etwas Zitronenschale würzen und umrühren. Wieder den Deckel auflegen und den Reis so lange ziehen lassen, bis er weich, aber trotzdem noch körnig ist.

Währenddessen die Sahne schlagen und das Zimtpulver mit dem Zucker verrühren. Dann die Sahne unterheben.

## Anrichten

Milchreis kann man kalt und warm servieren. Dafür den Reis auf Portionsschüsseln oder Suppenteller verteilen und 2 – 3 EL Mirabellenröster anlegen. Mit Zimtzucker verfeinern und mit einigen grünen Blättchen garnieren.

## Informationen zur Sendung vom 02.08.2024

### Milchreis zu Mirabellenröster

Von Ulla Scholz

## Ullas Küchentipps

### Der Einkauf

250 g Bio-Milchreis (Supermarkteigenmarke) zu 0,75 Euro; 250 ml Bio-Milch zu 0,40 Euro; 200 g Bio-Sahne zu 1,09 Euro; Vanillezucker zu 1,40 Euro; 2 – 3 EL Zucker zu 0,10 Euro; 1 Bio-Zitrone zu 0,35 Euro; 750 g Mirabellen kostenlos, wenn sie selbst geerntet werden; 120 g brauner Zucker zu 0,30 Euro; 1 TL Zimt zu 0,15 Euro; Minz- oder Salbeiblättchen zur Dekoration zu 0,20 Euro.

### Mit Mirabellen oder Pflaumen aus dem Garten:

**Pro Portion 1,18 Euro**

### Mit gekauftem Obst:

**Pro Portion 2,18 Euro**

### Milchreis

Einen perfekten Milchreis zu kochen ist gar nicht so einfach. Er sollte schön cremig, aber keinesfalls pappig aussehen. Grundsätzlich wässere ich Reis vorher und spüle ihn gut ab. Zum einen wegen der möglichen schädlichen Inhaltstoffe (Arsenbelastung), zum anderen, damit er weniger Kleber enthält und körniger wird. Wenn man keinen Milchreis im Haus hat, kann auch Risottoreis den Milchreis ersetzen.

Zuckern sollten wir das Gericht erst gegen Ende der Kochzeit, dann brennt er nicht so schnell an. Nachdem er einmal aufgeköcht wurde, gart er im Grunde in der Nachwärme der Herdplatte (sehr wenig Hitze). In alten Kochrezepten wird er zunächst erst einmal mit etwas Wasser angeköcht. Auch das bewirkt, dass er weniger pappig wird. Die geschlagene Sahne, die später dazu kommt, macht den Milchreis locker, luftig und cremig.

### Ein Röster bewahrt die Eigenaromen

Äpfel, Birnen, Pflaumen, Kirschen oder Beeren – die österreichische Zubereitungsart, die als Röster bekannt ist, erweist sich als ideale Garmethode, um den Eigengeschmack von Obst zu erhalten. Je nach Sorte kann auch mit Deckel und etwas länger erhitzt werden. Ich nutze die Art, um größere Mengen Pflaumen aus dem Garten zuzubereiten, um sie später dann für den Winter einzufrieren.

**Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!**