

Buchweizen Porridge mit Heidelbeeren und Walnüssen

Zutaten:

E 150 g Buchweizen, **E** 2 EL Mandelmus, **E** 230 ml Mandeldrink, **E** 30 g Rosinen,
E 1 TLspitze Vanille, **E** 50 g Walnüsse,
M 1 TLspitze gemahlene Nelken, **M** ¼ TL geriebener Ingwer,
W eine Prise Salz,
H 1 TL Zitronensaft, **H** 150 g Heidelbeeren,
F 1 TL Kakaopulver.

Vorbereitung:

E Buchweizen waschen
E Walnüsse 15 Minuten bei 130°Grad Heißluft im Backofen rösten

Zubereitung:

F In einem heißen Topf,
E Mandeldrink, Mandelmus, Buchweizen und Rosinen in den Topf geben. Mit Vanille,
M gemahlene Nelken, frisch geriebenen Ingwer und
W einer Prise Salz würzen.
H Zitronensaft und
F Kakao dazu geben, aufkochen lassen danach den Herd auf kleinste Stufe schalten,
Deckel auflegen und ca. 15 min. köcheln lassen. Danach Herd ausschalten und 5
Minuten in der Resthitze quellen lassen. Etwas abkühlen, dann die
H Heidelbeeren und
F die gerösteten Walnüsse unter den Porridge heben.