



Süße Quinoa-Speise

Zutaten für ca. 4 Personen

200 g Quinoa *
200 ml Sahne
200 ml Wasser
1 Prise Salz
1 EL Butter
4 Äpfel
3 EL gehackte Mandeln oder Nüsse
3 EL Rosinen *
1 TL Zimt *
Honig *

*** aus fairem Handel**

Zubereitung:

Quinoa waschen und mit der doppelten Menge Flüssigkeit (halb Sahne, halb Wasser) zum Kochen bringen. Salz und Butter hinzugeben und bei geringer Hitze ca. 20 Min. ausquellen lassen. Äpfel in Stücke schneiden und zusammen mit den gehackten Mandeln oder Nüssen, Rosinen und Zimt zu dem Quinoa geben und alles zusammen weitergaren lassen. Nach Belieben mit Honig süßen und geschlagene Sahne unterheben.