



Quinoa-Schmarrn mit Erdbeerkompott

Zutaten für ca. 4 Personen:

- 400 ml Mandelmilch
- 35 g Quinoa
- 360 g Apfelmus
- 2 TL Kokosöl
- 3 EL Ahornsirup o. Agavendicksaft
- 1 TL Zitronenschale, gerieben
- Salz
- 280 g Erdbeeren, tiefgefroren
- 150 ml Apfelsaft
- 10 Minzblätter
- 1 TL Agar-Agar



Zubereitung:

Mandelmilch in einen Kochtopf geben und aufkochen. Quinoa hinzugeben, leicht salzen und ca. 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Den Quinoabrei ca. 15 - 30 Minuten abkühlen lassen.

Apfelmus, 2 EL Ahornsirup und Zitronenschale hinzufügen und in einer heißen Pfanne im Kokosöl knusprig braten und in mundgerechte Stücke zerteilen.

Für das Kompott die Hälfte der Erdbeeren mit Apfelsaft in einem Topf pürieren. Agar-Agar hinzufügen und die Saftmischung unter ständigem Rühren aufkochen.

Die restlichen Beeren zusammen mit 1 EL Ahornsirup in die Saftmischung geben und für einige Minuten ziehen lassen.

Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken.

Den Quinoa-Schmarrn zusammen mit dem Erdbeerkompott anrichten und mit der Minze garnieren.

Guten Appetit!



PAUL RIEBECK
STIFTUNG