Veganer Milchreis mit Himbeeren
REZEPT

Veganer Milchreis mit Himbeeren



ZUBEREITUNGS ZEIT	15 Min
ZUTATEN	6 Stück
PORTION(EN)	2 x

Milchreis mit Himbeeren? Eine himmlische Mischung! Hier als hinreißend cremige vegane Variante mit Pekannüssen, die schon nach 15 Minuten genossen werden kann.

ZUTATEN

- 1 Packung Ben’s Original™ Express-Milchreis Klassik
- 140 ml Hafermilch (oder andere pflanzliche Milch)
- 50 g Pekannüsse
- 250 g frische Himbeeren
- Agavendicksaft nach Belieben
- Einige Blätter Minze oder Melisse zum Garnieren

ZUBEREITUNG

1. Die Nüsse grob hacken.
2. Ben’s Original™ Express-Milchreis Klassik mit Hafermilch nach Packungsanweisung

zubereiten.
3. Anschließend die Gläser mit einer Schicht Milchreis füllen. Darauf einige Himbeeren, einige Nüsse und etwas Agavendicksaft verteilen.
4. Nach diesem Prinzip eine weitere Schicht Milchreis, Himbeeren, Nüsse und Agavendicksaft in die Gläser geben.
5. Mit einer letzten Schicht Milchreis abschließen und die Desserts mit einigen Himbeeren, Nüssen und etwas Minze garnieren, mit Agavendicksaft beträufeln.
6. Wer mag, ersetzt die Himbeeren im veganen Milchreis durch Erdbeeren, Brombeeren oder Heidelbeeren.

NÄHRWERTE PRO PORTION

- Energie: 503 kcal
- Energie: 2104 kj
- Eiweiß: 7 g
- Fett: 21 g
- Kohlenhydrate: 64 g

KATEGORIEN:

Gemüse, Reisbowl, 15 - 30 MIN, Vegan, Vegetarisch, Milchreis Klassik, Kochen mit Kindern, Gut zum Mitnehmen, Party

WEITERE REZEPTE



Vegane Pilz-Reispfanne in cremiger Sauce

Zubereitungszeit

28 Min

Zutaten

11 Stück



Veganer Tomaten-Pesto-Salat mit Sonnenweizen

Zubereitungszeit

20 Min

Zutaten

9 Stück



Vegan gefüllte Tomaten mit Reis

Zubereitungszeit

25 Min

Zutaten

9 Stück

Source URL: *https://de.bensoriginal.com/reisrezepte/milchreis-mit-himbeeren-vegan*