

Warmer Haferbrei mit Obst

Zutaten für 4 Personen:

- ½ Vanilleschote oder Vanillezucker
- ½ bis 1 TL gemahlener Zimt
- 500 ml Milch
- 150 g zarte Haferflocken
- Saft einer Orange (alternativ einer Zitrone/Limette)
- 3 Äpfel (alternativ z. B. Erdbeeren, Heidelbeeren, Kirschen, Pflaumen)

Zubereitung:

1. Die Vanilleschote längs aufschneiden, das Vanillemark herauskratzen und zusammen mit dem Zimt in einen Kochtopf geben.
2. Die Milch und die Haferflocken dazugeben, alles unter Rühren aufkochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und den Brei bei geschlossenen Deckel bis zum Servieren quellen lassen.
3. Die Orange (Zitrone/Limette) halbieren, den Saft auspressen und in die Schüssel geben.
4. Die Äpfel waschen, abtrocknen und den Stiel entfernen. Die Äpfel achteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Äpfel in kleine Stücke schneiden und zu dem Orangensaft geben.
5. Haferbrei nochmals umrühren und den Brei zum Obst in die Schüssel geben, miteinander vermengen.

Guten Appetit.