

FAMILIEN-BREI

Griesbrei für 2-3 Personen

Super lecker und für Kinder toll zum Mit- und auch Selberkochen geeignet.

Zutaten

800 ml Milch
80 g Weichweizengrieß
2 EL Zucker*
1 Päckchen Vanillezucker
1 Prise Salz*
1 Ei (getrennt)
25 g Butter
Kirschen; Apfelmus; Zucker&Zimt oder
was immer euch zum Grießbrei
schmeckt

Zubereitung

1. die Milch mit Zucker, Vanillezucker und einer Prise Salz in einem weiten Topf zum Kochen bringen
2. nun den Weichweizengrieß unter Rühren mit dem Schneebesen einrieseln lassen und nochmals gut aufkochen lassen
3. Topf vom Herd nehmen und zugedeckt ca. 10 min. ziehen lassen
4. in der Zwischenzeit das Eigelb vom Eiweiß trennen und das Eiweiß steifen schlagen
5. Eigelb und die Butter unter den Grießbrei rühren
6. Eischnee vorsichtig unter den fertigen Grießbrei heben...und mit Kirschen, Nüssen o.ä. servieren!

Tierra - Eine Welt e.V.

*im Weltladen erhältlich