



Snack-Rezept von Arthur Herbst, AMS Vorarlberg

Rollgersten-Dessert

Zutaten:

Rollgerste al dente gekocht
Rohrzucker, Honig, Zitronensaft
Wasser, Sahne (+Rum bei Erwachsenen)
Rosinen, Banane, Apfel
Brotbrösel (vorzugsweise Dinkel)

Zubereitung:

Rohrzucker und Honig in warmem Wasser mit etwas Sahne verrühren. Rosinen, Rum und Zitronensaft begeben und 30 bis 40 Minuten auf kleiner Hitze köcheln lassen. Zerdrückte Banane und geriebenen Apfel daruntermischen und mit Brot- oder Kuchenbröseln auf „Müeslikonsistenz“ verdicken.

Tipp: Kann warm oder kalt serviert werden!



© Jürgen Reitböck / PIXELIO