

Belgischer Reisfladen

Zutaten | 6 Portionen

Für den Milchreis:

1 l	Milch
1	Vanilleschote
250 g	Milchreis
150 g	Zucker

Für den Teig:

250 ml	Milch
1 Würfel	Hefe
3 EL	Butter
150 g	Zucker
500 g	Mehl
1 Prise	Salz
1	Eigelb

Zubereitungszeit: 60 Min.; Am Vortag: 30 Min.

Zubereitung:

- Am Vortag die Milch für den Milchreis in einen großen Topf geben und erwärmen.
- Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die ganze Schote und das Mark zu der warmen Milch geben und die Milch aufkochen. Dabei immer wieder umrühren. Etwas Salz und den Reis dazu geben und bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten quellen lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit der Reis nicht ansetzt. Anschließend den Zucker unterrühren und den Milchreis mit Frischhaltefolie abgedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.
- Milch erwärmen. Hefe, Butter und einem TL Zucker in der lauwarmen Milch verrühren.
- Mehl, Salz und restlichen Zucker in eine Schüssel geben und die Hefe-Zucker-Milch-Mischung hineingeben. Alles am besten mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Vorteig abgedeckt 20 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
- Milchreis aus dem Kühlschrank nehmen und die Vanilleschote entfernen.
- Eier auf den Milchreis geben und unterrühren.
- Den Hefeteig dünn ausrollen. Eine Springform (24 cm) mit etwas Butter bestreichen, den Teig in die Form legen und am Rand hochziehen. Dann den Milchreis auf den Teig in die Form füllen.
- Eigelb verrühren, den Reisfladen vor dem Backen damit einpinseln und im vorgeheizten Backofen bei 200°C auf der unteren Schiene goldbraun backen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 379 g

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
680 kcal	14,7 g	118 mg	18,7 mg	283 mg