

Milchreis im Glas mit Bratapfel-Topping

Zutaten | 6 Portionen

1 L	Milch
50 – 80 g	Zucker (nach Geschmack)
1 Prise	Salz
2 Pck.	Vanillezucker
200 g	Milchreis
2	Äpfel
1 EL	Butter
3 EL	Brauner Zucker
1-2 TL	Zimt
6	Weckgläser á 250 ml

Zubereitungszeit: 50 Min.; Vorbereitungszeit: 20 Min.

- Vorbereitung: Die leeren Weckgläser mit den Gummiringen und den Deckeln in einen Topf mit Wasser legen (das Wasser soll den Inhalt des Topfs abdecken) und aufkochen. Die Gläser, Gummiringe und Deckel rausnehmen und auf einem sauberen Tuch abtropfen lassen (nicht abtrocknen).
- Für den Milchreis die Milch, Zucker, Salz und 1 Päckchen Vanillezucker in einem großen Topf erhitzen (nicht kochen). Sobald die Milch heiß ist, den Milchreis einrieseln lassen und gut umrühren, damit nichts am Topfboden klebt. Unter Rühren einmal aufkochen lassen, dann die Hitze sofort stark reduzieren. Bei niedriger Hitze (knapp unter dem Siedepunkt) ca. 30-35 Minuten quellen lassen. Zwischendurch regelmäßig umrühren, besonders am Anfang und Ende, damit nichts anbrennt.
- Für das Bratapfel-Topping die Äpfel waschen, schälen, entkernen und würfeln. Butter in einer Pfanne zuerlassen. Die Apfelwürfel, Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und Zimtpulver dazugeben, mischen und kurz andünsten. Mit ca. 40 ml Wasser ablöschen und ca. 10 Minuten einkochen lassen. Apfelstückchen sollten noch bissfest und nicht matschig sein. Masse etwas abkühlen lassen.
- Den Milchreis in die vorbereiteten Weckgläser füllen und das Bratapfel-Topping darauf verteilen. Die Ränder der Gläser anschließend mit einem feuchten Tuch sauber machen, den Deckel mit dem Gummiring darauf legen und zuklammern. Nach dem Abkühlen ist der Milchreis im Weckglas für ca. 7 Tage im Kühlschrank haltbar.

Tipp:

Für Milchreis mit Früchten ganze Früchte z.B. Himbeeren oder Pflaumenkompott beim Einfüllen unten ins Weckglas einschichten.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
126 kcal	2,9 g	22,8 g	2,9 g	75,8 mg