

Fruchtiges Frühstücksporridge mit Erdbeeren und Haselnüssen

Zutaten (für 2 Personen):

- 200 ml Milch
- alternativ: Haferdrink
- 1 Stange Zimt
- 2 Kapseln Kardamom
- 1 Messerspitze Kurkuma
- 1 Messerspitze Salz
- 40 g Haselnüsse
- 100 g zarte Haferflocken
- 100 g Erdbeeren

Milch in einen Topf geben und aufkochen. Dann die Hitze reduzieren und Zimt, Kardamom, Kurkuma und Salz hineingeben und alles auf kleiner Stufe ein paar Minuten köcheln lassen. Anschließend die Zimtstange und die Kardamom-Hülsen aus der Milch fischen.

Haselnüsse hacken und mit den Haferflocken zur Milch in den Topf geben. Köcheln lassen und dabei immer wieder umrühren, bis die gewünschte cremig-breiige Konsistenz erreicht ist.

Erdbeeren vorsichtig abbrausen, die grünen Blättchen abzupfen und die Beeren in kleine Stücke schneiden. Den Topf von der heißen Herdplatte nehmen und die Erdbeeren unter den Haferbrei geben. In Schalen servieren.

Sendung/Quelle: Visite

Sendetermin: 06.06.2023

Koch/Köchin: Thomas Sampl

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen