



© cook_inspire – stock.adobe.com

DINKEL-KOKOSSPEISE MIT APFEL UND ZIMT

(10 Kinderportionen)

Zutaten:

40 g Kokosflocken, 40 g Dinkelvollkornmehl, 40 g Honig, 400 ml Milch, 2-3 EL Rosinen
¼ TL Zimt, 1 Pr. Vanillepulver, 1 Pr. Jodsalz, 300 g Äpfel, 1-2 TL Zitronensaft, 150 ml Sahne

So wird's gemacht:

Kokosflocken in einer trockenen Pfanne anrösten. Dinkelvollkornmehl mit etwa 3-5 EL Milch anrühren. Restliche Milch zum Kochen bringen. Angerührten Dinkel einrühren, aufkochen lassen, Honig zugeben und ca. 5 Minuten nachquellen lassen. Angeröstete Kokosflocken, Rosinen, Zimt, Vanille und Salz zur Dinkelspeise geben. Äpfel grob reiben, mit Zitronensaft beträufeln und mit der Nachspeise vermischen. Süßspeise abkühlen lassen. Sahne steifschlagen und unter die abgekühlte Creme heben.