

Hirsefrühstück

Das Hirsefrühstück ist ein köstlich, warmes Hirsebrei mit Vollmilch und frischen Früchten oder Beeren deiner Wahl. Das Rezept gelingt einfach mit wenigen Handgriffen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

125 g	Hirse
250 ml	Vollmilch
1 EL	Honig (oder Ahornsirup)
0.5 EL	Rosinen
1 EL	Mandeln (oder Nüsse gehackt)
1 EL	Trockenfrüchte (klein gehackt)
Nach Belieben	Erdbeeren (Beeren, oder Früchte)

Zubereitung

1. Für das **Hirsefrühstück** die Hirse in ein feines Sieb geben und mit heißem Wasser abspülen. Dadurch werden mögliche Bitterstoffe entfernt und der Geschmack wird milder. Die Vollmilch in einem Topf zum Kochen bringen. Die gespülte Hirse hinzufügen und gut umrühren. Die Hitze reduzieren, den Topf abdecken und die Hirse etwa 15–20 Minuten sanft köcheln lassen, bis sie die Flüssigkeit aufgenommen hat und weich ist. Zwischendurch gelegentlich umrühren, damit nichts anbrennt.
2. Mandeln und Trockenfrüchte klein hacken und zusammen mit den Rosinen unter die fertige Hirse rühren. Nach Geschmack mit Honig süßen. Das Hirsefrühstück in Schüsseln füllen und mit [Erdbeeren](#), andere Beeren oder saisonalem Obst garnieren.

Tipp