

Genießen**Stefanie Biedermann****Donnerstag, den 20.01.2022****Apfel-Zimt Porridge****Für 2 Portionen****Zutaten:**

2 EL Walnusskerne
300 ml Milch
100 ml Wasser
2-4 TL Honig (nach Belieben)
80 g Haferflocken, zart
2 Äpfel, säuerlich und frisch
(z.B. Elstar, Boskop)
2-3 EL Wasser
4 TL Rosinen
2 TL Zimt

**Zubereitung:**

1. Die Walnusskerne in einer Pfanne auf dem Herd ohne Fett vorsichtig rösten.
2. Für das Porridge Milch, Wasser, Honig und die Haferflocken in einen Topf auf dem Herd geben und ca. 10 Minuten bei geringer Hitze unter ständigem Rühren köcheln lassen.
3. Die Äpfel waschen, schälen, halbieren, achteln, Kerngehäuse entfernen. Apfelstücke würfeln.
4. Die Apfelscheiben in einen Topf auf dem Herd mit Wasser, Rosinen und dem Zimt geben. Apfelscheiben bei niedriger Hitze dünsten, bis die Äpfel weich, aber noch bissfest sind.
5. Die Hälfte der gedünsteten Apfelscheiben unter das Porridge heben und das Apfel-Zimt-Porridge auf zwei tiefen Tellern oder Schalen gleichmäßig verteilen.
6. Die andere Hälfte der gedünsteten Apfelscheiben auf den beiden Porridges gleichmäßig verteilen.
7. Die gerösteten Walnusskerne hacken, auf die beiden Porridges streuen und genießen.