



KOCHEN IM ZEICHEN
DES GUTEN GESCHMACKS

„RISENGRØD“ – TRADITIONELLER SKANDINAVISCHER MILCHREIS MIT ZIMT, ZUCKER UND BUTTER



HAUPTZUTAT
Milch

ZUBEREITUNGSZEIT
Über 2 Stunden

PORTIONEN
4-6

ÜBERBLICK

Seit dem 19. Jahrhundert wird in den meisten skandinavischen Ländern Milchreis traditionell vor allem in der Weihnachtszeit gegessen. Dieses Rezept beschreibt eine typische Zubereitungsmethode in Skandinavien, die sehr energieeffizient ist, da der Milchreis „im Bett gekocht“ wird.

Üblicherweise wird der Reispudding vor dem üppigen Weihnachtsessen gegessen. Da Milchreis ein sehr sättigendes Gericht ist, wird damit der erste große Hunger gestillt. Edlere Zutaten und Speisen, die in der Menüfolge danach kommen, wie z.B. Fleisch und Fisch, werden somit nicht einfach ohne Bedacht und in großen Mengen herunter geschlungen. Dies ist ein Trick der Skandinavier, die Kosten für ein Festmahl möglichst gering zu halten. Die königliche Familie Dänemarks befolgt diese Tradition bis heute.

Eine weitere skandinavische Tradition zu Weihnachten ist das Bereitstellen einer Schale mit Milchreis für die „Nisse“ (Gnome). Diese wird für die Nisse auf den Dachboden gestellt und die Legende besagt, dass die Nisse die keinen Milchreis bekommen, Radau machen und Streiche auf Kosten der Hausbewohner spielen.

ZUTATEN

Für den Milchreis:

- 1,5 l Milch
- 250g Milchreis
- Eine Prise Salz

Zum Servieren:

- Zimt
- Butter

ZUBEREITUNG

- 1) Die Milch in einem gusseisernen Bräter zum Kochen bringen. Dabei darauf achten die Milch langsam zu erhitzen, da diese sonst leicht anbrennt.
- 2) Den Reis hinzufügen und unter Rühren für 5 Minuten köcheln lassen.
- 3) Vom Herd nehmen, den Deckel auf den Topf setzen und mit einem großen Handtuch umwickeln. Den Topf ins Bett stellen und mit der Bettdecke zudecken. Den Milchreis dort für ein paar Stunden ruhen lassen, bis er die gewünschte weiche Konsistenz erreicht hat.
- 4) Vor dem Servieren den Milchreis erneut zum Kochen bringen und nach Belieben Salz hinzufügen. Bei Bedarf noch etwas Milch hinzufügen. Servieren Sie den Milchreis in kleinen Schalen bestreut mit Zimt und einem Stückchen Butter in der Mitte.

Copyright Bild/Rezept © 2020 Le Creuset
www.lecreuset.com