

Ontbijt



voor ± 4 personen



RIJSTPAP MET APPEL EN KANEEL

300 gr (gekookte) basmati rijst

300 ml biologische Weerribben melk

2 biologische appels

6 eetlepels biologische bloemenhoning

1 kaneelstokje

2 theelepels kaneelpoeder

BEREIDING

Kook de rijst zoals aangegeven op de verpakking. Breng daarna de melk, de honing en het kaneelstokje aan de kook en laat 5 minuten zachtjes doorkoken. Was de appels, snij ze midden en verwijder het klokhuis. Snij één helft in partjes. Schil de rest van de appels en snij deze in stukjes. Voeg de stukjes appel samen met de gekookte rijst bij de melk en roer het geheel rustig door. Laat het op zacht vuur 10 minuten koken en verwijder daarna het kaneelstokje. Serveer de rijstepap in kommetjes en garneer met wat kaneelpoeder en appelpartjes.