



## Kokos-Milchreis mit Honig-Ananas

### Zutaten für 4 Personen:

250 g Milchreis  
700 ml Küstengold Milch  
400 ml Kokosmilch  
1 Prise Salz  
1 Päck. Vanillezucker  
1 EL Küstengold Zucker  
1 TL Bio-Zitronenschale  
4 EL Kokosraspel  
1 frische Ananas  
1 EL Öl  
4 EL Honig (z. B. Küstengold Akazien- und Frühlingsblütenhonig)  
4 EL gehackte Pistazien

### Zubereitung:

Reis unter fließendem Wasser waschen, bis das Wasser möglichst klar ist. 600 ml Milch und Kokosmilch mit Salz in einem Topf zum Kochen bringen. Reis zugeben, umrühren, Hitze reduzieren. Bei niedriger Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 30 Min. quellen lassen. Vanillezucker, Zucker und Zitronenschale unterrühren.

Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett rösten. Ananas schälen, Strunk entfernen, Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Im erhitzten Öl anbraten, Honig und etwas Wasser zugeben. Aufkochen, ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, vom Herd ziehen. Restliche Milch erwärmen, unter den Milchreis ziehen.

Reis in Schüsseln verteilen, Ananas mit Honig daraufgeben. Mit Kokosraspeln und Pistazien bestreuen.

**Zubereitungszeit: 40 Min.**

**Schwierigkeitsgrad: leicht**

**Pro Person: 870 kcal/3620 kJ**

**15 g E/105 g KH/40 g F**