

Grießbrei

von Tanja Mueller (tanja@antispe.de)

2 T Sojamilch

2 EL Zucker

1 Prise Salz

1/2 T Weichweizengrieß

nach Belieben Zucker

nach Belieben Zimt

- Die Sojamilch mit Zucker und Salz in einem Topf zum Kochen bringen.
- Den Grieß einrühren, unter Rühren aufkochen und dann 7-8 Minuten bei niedriger Hitze weiterköcheln lassen, dabei öfter umrühren.
- Den Brei in Teller oder Schalen füllen, mit Zucker und Zimt bestreuen.

Variante: Optional kann statt Zucker Vanillezucker verwendet werden.

Variante: Statt mit Zucker und Zimt bestreut kann man den Grießbrei auch mit Kompott oder frischem Obst reichen (z.B. eine gewürfelte Birne, zwei gewürfelte Kiwi, eingemachte Kirschen usw. darübergergeben).