

Veganer Milchreis mit Himbeeren  
RECIPE

## Veganer Milchreis mit Himbeeren



<?xml version="1.0"?>

ZUBEREITUNGSZEIT

15 Min

ZUTATEN

6 Stück

PORTION(EN)

2 x

Milchreis mit Himbeeren? Eine himmlische Mischung! Hier als hinreißend cremige vegane Variante mit Pekannüssen, die schon nach 15 Minuten genossen werden kann.

TEILEN

- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)
- [Drucken \(opens in same window\)](#)

## ZUTATEN

- 1 Packung Ben's Original™ Express-Milchreis Klassik
- 140 ml Hafermilch (oder andere pflanzliche Milch)
- 50 g Pekannüsse
- 250 g frische Himbeeren
- Agavendicksaft nach Belieben

- Einige Blätter Minze oder Melisse zum Garnieren

## ZUBEREITUNG

1.  
Die Nüsse grob hacken.
2.  
Ben's Original™ Express-Milchreis Klassik mit Hafermilch nach Packungsanweisung zubereiten.
3.  
Anschließend die Gläser mit einer Schicht Milchreis füllen. Darauf einige Himbeeren und Nüsse sowie etwas Agavendicksaft verteilen.
4.  
Nach diesem Prinzip eine weitere Schicht Milchreis, Himbeeren, Nüsse und Agavendicksaft in die Gläser geben.
5.  
Mit einer letzten Schicht Milchreis abschließen und die Desserts mit einigen Himbeeren, Nüssen und etwas Minze garnieren, mit Agavendicksaft beträufeln.
6. Tipp  
Wer mag, ersetzt die Himbeeren im veganen Milchreis durch Erdbeeren, Brombeeren oder Heidelbeeren.

## NÄHRWERTE PRO PORTION

- Energie: 503 kcal
- Energie: 2104 kJ
- Eiweiß: 7 g Fett: 21 g
- Kohlenhydrate: 64 g

## KATEGORIEN:

[Gemüse](#), [Reisbowl](#), [15 - 30 MIN](#), [Vegan](#), [Vegetarisch](#), [Milchreis Klassik](#), [Kochen mit Kindern](#), [Gut zum Mitnehmen](#), [Party](#)

---

**Source URL:** <https://at.bensoriginal.com/reisrezepte/milchreis-mit-himbeeren-vegan>