

Sago Porridge

ZUTATEN FÜR 2 SCHÜSSELN

100 g Sago
250 ml coconut milk
200-250 ml water
1 cinamon stick
1-2 tbsp. coconut oil
1 tbsp. coconut sugar
1 tsp. cinamon
Pinch of salt
2 fresh apricots
berries
1 peach
1/2 tsp. cacao nibs

100 g Sago
250 ml Kokosmilch
200-250 ml Wasser
1 Zimtstange
1-2 EL Kokosöl
1 EL Kokoszucker
1 TL Sonnentor Chai Küsschen oder Zimt
Eine Prise Salz
2 Marillen
1 Pfirsich (oder Früchte der Saison)
Beeren
1/2 TL Kakaonibs

ZUBEREITUNG

1. Sago mit etwas Wasser ca. 5 Minuten einweichen. Kokosmilch mit Wasser und einer Prise Salz zum Kochen bringen. Zimtstange rein legen.
2. Sago hinzugeben und ca. 10-15 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen.
3. In der Zwischenzeit Früchte waschen und klein schneiden. Kokosöl in einer Pfanne erhitzen und Kokoszucker darin karamellisieren lassen. Früchte hinzugeben und darin rundum 4-5 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.
4. Sago ständig rühren (Achtung! Sago brennt sonst an) und weitere 10 Minuten kochen. Sago in eine Schüssel geben, mit Zimt und gehackten Kakaonibs bestreuen und mit den Früchten gemeinsam servieren.

-
1. Put sago straight into the pot, add half of the coconut milk and half of the water (cold) – cook on medium heat for approximately 10-15 minutes until sago is clear and then fold through the rest of the water (hot), cook down (around 15 mins), then add the rest of the coconut milk. Stir constantly for around 10-15 minutes with: Break a cinnamon stick and throw it in.
 2. Cook until there's very little 'white' left (it'll keep cooking once off the heat), then add: 1 pinch sea salt.
 3. Cook fruit with coconut oil and sugar in a pan and serve it with cinamon, the cacao nibs and the warm sago porridge.



Scan me!

