

# Rundkornreis (Milchreis) - Abgabe 100 g weise

Spitzenqualität aus Frankreich.

Der Rundkornreis (Milchreis) ist aus nicht konventionellem Anbau.

Die Lieferung erfolgt im Pfandbeutel. Es entsteht somit kein Einwegverpackungsmüll!

Zubereitung:

1 L Milch oder Milchersatz, etwas Salz und eine Prise gemahlene Vanille in einem Topf bei niedriger Hitze kurz aufkochen lassen. 250 g Reis hinzufügen und nochmal aufkochen lassen. Bei niedriger Hitze ca. 20 Min. garen, bis der Reis weich ist, stets nebenbei rühren, damit nichts anbrennt. Mit Zimt und Zucker oder Früchten servieren.

[Zum Produkt](#)

## Nährwerte

### Unzubereitet pro 100 g

Brennwert kj	1465 kj
Brennwert kcal	350 kcal
Fett	0,6 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,1 g
Kohlenhydrate	77,7 g
davon Zucker	0,3 g
Ballaststoffe	2,1 g
Eiweiß	7,4 g
Salz	0,010 g

## Zusätzliche Informationen

### Zutaten:

Rundkornreis weiß\* - \* aus nicht konventionellem Anbau

Ursprung: Frankreich

Spuren möglich von Sesam, Erdnüssen, Schalenfrüchten, Soja und Gluten.