


Rijstpap met saffraan

Nagerecht




Ingrediënten


- $\frac{3}{4}$ l (halfvolle) melk
- 1 zakje vanillesuiker
- **5 saffraandraadjes (Red-Saffron)**
- 125 g dessertrijst
- Kristalsuiker of zoetstof

 4 personen

 Gemakkelijk

 Pan met dikke bodem

 50 minuten

 2,5 euro

 Alle seizoenen

Bereidingswijze

- 1 Breng $\frac{3}{4}$ l melk samen met de vanillesuiker aan de kook.
- 2 Voeg de rijst en de **Red-Saffron** toe.
- 3 Laat 40 min op een zacht vuur sudderen, regelmatig omroeren.
- 4 Neem van het vuur en voeg suiker toe naar smaak.
- 5 Goed doorroeren en even laten staan, zo kan de rijst zwellen.
- 6 Portioneer in puddingschaaltjes.

Afwerking: serveer eventueel met bruine suiker.

Tip: serveer koud of lauw naar keuze.

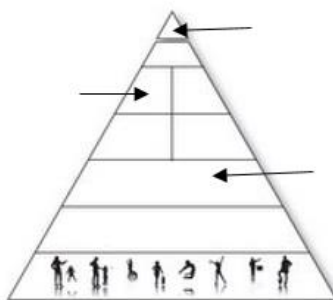
Voedingswaarde per 100 g

Energie: 342 kJ of 81 kcal

Eiwitten: 3.5 g

Vetten: 3.0 g

Koolhydraten: 10.0 g



Plaats van de ingrediënten in de actieve voedingsdriehoek