



## Dinkel Porridge mit Erdbeersoße



Zutaten für 2 Personen:

### Dinkel Porridge

100 g Dinkelflocken  
50 g zarte Haferflocken  
2 EL Chiasamen (oder Flohsamen)  
200 ml Wasser  
100 ml Kokosmilch  
1 Prise Salz  
2 EL Kokosblütenzucker

Für die Erdbeersoße die Erdbeeren zunächst waschen, abtropfen lassen, den Strunk entfernen und die Früchte würfeln. Die Früchte zusammen mit dem Kokosblütenzucker, dem Mark der Vanille und dem Wasser in einen Topf geben. Ich koche gern auch die ganze Vanilleschote mit und nehme sie später heraus.

Das ganze ca. 5 Minuten lang bei schwacher Hitze köcheln lassen. Etwas Flüssigkeit abnehmen, Agar Agar darin anrühren und wieder in den Topf einrühren.

### Erdbeersoße

600 g Erdbeeren  
2 TL Agar Agar  
40 g Kokosblütenzucker  
1 Vanilleschote  
50 ml Wasser

Den Topf vom Herd nehmen und die Zutaten mit einem Pürierstab zu einer groben Erdbeersoße pürieren. Die Soße kann warm oder auch kalt gegessen werden.

Für den Porridge die Haferflocken abwägen und mit den Samen, dem Agavendicksaft und dem Salz im Topf unter ständigem Rühren aufkochen. Wenn der Porridge angedickt ist, den Topf vom Herd nehmen und die Kokosmilch zugeben. Bei geschlossenem Deckel quellen lassen. Den Porridge mit der Erdbeersoße und einigen frischen Erdbeeren servieren.