

Vegán rizskoch



500 g kuktában főtt barna rizs (lehet kuktában főtt köles is, köles esetén elég 1 evőkanál tápióka keményítő))

0,6 dl növényi tej

2 evőkanál tápióka keményítő (apránként feloldjuk a növényi tejjel)

2 csomag vaníliás cukor (20 g)

1 marék bio mazsola

½ bio citrom reszelt héja

120 g rizsszirup (vagy bármilyen más szirup, édesítő)

Kenéshez: olaj (kukorica vagy szőlőmag olaj)

Díszítéshez: lekvár (sűrű sárgabarack, ribizke, áfonya stb., akár vegyesen is)

Egy lábosba tesszük a főtt barna rizst, hozzáadjuk a tápiókás növényi tejet, a mazsolát, a vaníliás cukrot, a rizsszirupot és a citromhéjat. Állandóan átkeverve, lassú tűzön felforraljuk, és addig főzzük, amíg besűrűsödik.

Egy kisebb tepsit (20x30 cm), az oldalait is, kikenünk kb. egy kiskanálnyi vagy kevesebb olajjal, beleöntjük a rizses átfőtt és még meleg masszát, elsimítjuk. Kis mélyedéseket formálunk kiskanállal, amibe kiskanálnyi lekvárokat adagolunk. A sorok közé is tehetünk lekvárt.

Majd hőlégkeveréssel 160 fokon 35 percig sütjük. Ha kihűlt, darabolható és tálalható.