Amarant Grundrezept
Receta basica de amaranto

Dies ist ein Grundrezept zur Zubereitung von Amaranth. Statt mit Wasser kann Amaranth auch mit Milch oder Gemüsebrühe gekocht werden.

Herkunft: Peru
Kategorie: Beilagen, Getreide, Brotspeisen

Vorbereitungszeit: 5 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 400 g
400 g Amaranth
800 ml Wasser
1 Prise Salz

Vorbereitung
Amaranth waschen unter fließendes Wasser, eventuell Steinchen auslesen.

Zubereitung
Amaranth und Wasser zusammen in einen Topf geben und aufkochen. Den Topf dann zudecken und ca. 20 Minuten auf kleiner Flammen weiter kochen lassen. Umrühren.

© 2026 coquina.de