



# Gersten-Apfel-Dessert

## Zutaten für eine Personen

Handvoll Gerste

Preiselbeeren

Zimtstange

Honig

Kardamom

Äpfel

Zitrone

Süßrahm

## Zubereitung

Pro Person eine Handvoll Gerste gut waschen und über Nacht einweichen. Mit einer kleinen Zimtstange und einer Kardamomkapsel in genügend Wasser weich kochen und den Saft abseihen. Anschließend die Gerste pürieren und das Apfelkompott zubereiten.

Für das Apfelkompott ein zerkleinerter Apfel in Wasser mit Zimt und ein wenig Honig köcheln. Danach die pürierte Gerste zusammen mit den Apfelstücken aus dem Apfelkompott und der ausgedrückten Zitronenscheibe vermengen sowie Preiselbeeren und geschlagene Sahne unterheben.