

Hirse - Soja-Sahne-Hirse

Für 4 Personen:

½ (500)	l (ml)	Wasser	in einem Topf zum Kochen bringen
1	Prise	Salz	
300	g	Hirse	in der Zwischenzeit in ein Sieb geben und gründlich waschen
			Die Hirse in das kochende Salzwasser geben, umrühren und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 5 Minuten kochen.
			Die Hirse von der Kochstelle nehmen und etwa 20 Minuten quellen lassen.
			Nach der Quellzeit etwa 30 Minuten kühl stellen.

			In dieser Quellzeit die Trockenfrüchte
50	g	Trockenfrüchte, ungeschwefelt, zum Beispiel: Aprikosen, Backpflaumen, Datteln, Feigen, Rosinen	in kleine Würfel schneiden (die Rosinen nicht)
2	EL	Mandeln, ganz	auf ein Brett schütten und mit einem großen Messer nicht zu grob hacken
2		Bananen	schälen, in dünne Scheiben schneiden

			Die abgekühlte Hirse, sie darf noch leicht lauwarm sein, in eine große Schüssel geben und mit den Händen auseinander bröseln.
			Jetzt die Trockenfrüchte, die Mandeln und die Bananen dazugeben.
2	EL	Zitronensaft	ebenfalls unterrühren
2	EL	Ahornsirup oder ein anderes Süßungsmittel	
250	g	Soja-Sahne	steif schlagen und unterheben
			Die Soja-Sahne-Hirse möglichst bald servieren.