

Zitronenkamut

von Iris Berger

1 T Kamut (oder anderes Getreide, z.B. Vollkorneis)

1/2 Zitrone

Salz

- Kamut in reichlich Wasser ca. 50 min kochen (bei anderem Getreide kann die Kochzeit variieren, z.B. Vollkornreis ca. 40 min kochen).
- Wasser abgießen.
- Zitronenschale abreiben, Zitrone auspressen und abgeriebene Schale und Saft unter das Getreide mischen, nach Geschmack salzen.