Reis mit Mandelmilch
ein guot gesoten ris

Dies ist ein Rezept (Nr. 74a) aus der Handschrift »Buch von guter Speise« die zwischen 1347 und 1350 entstanden ist und bis 1354 durch Nachträge ergänzt wurde. Ein wesentliches Lebensmittel der mittelalterlichen Küche ist die Mandelmilch. Sie besteht aus der Flüssigkeit, die entsteht, wenn man Mandeln im Mörser zerstößt und Wasser, Wein oder Milch hinzufügt und diese Masse durch ein Tuch abseiht.

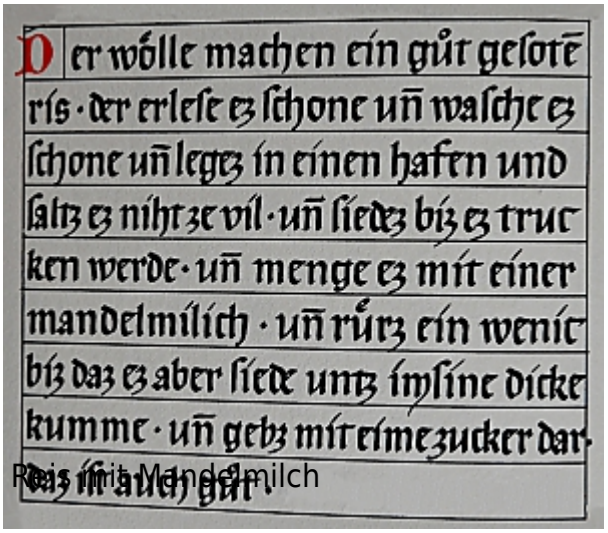
Der woelle machen ein guot gesoten ris, der erlese ez schone vnd wasche ez schone vnd legez in einen hafen vnd saltz es niht ze vil vnd siedez, bis ez trucken werde. vnd menge ez mit einer mandelmilich vnd ruers ein wenig, biz daz ez aber siede untz im sine dicke kumme. vnd gebz mit eime zucker dar. daz ist auch guot.

Wer einen gut gekochten Reis machen will, verlese ihn schön sorgfältig und wasche ihn gut und gebe ihn in einen Tontopf und salze ihn nicht zu viel und siede bis er trocken wird und vermische ihn mit einer Mandelmilch und verrühre es ein wenig, bis er abermals kocht und eindickt. Und gebe es mit Zucker dar. Das ist auch gut.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Reisgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
250 g Reis
2 EL Zucker
1 Prise Salz
150 g Mandeln
1 Liter Wasser


Reis mit Mandelmilch

Vorbereitung
Mandelmilch: Für die Mandelmilch nimmt man 150 g Mandeln und ½ bis 1 Liter Wasser oder Wein oder Wasser-Wein-Gemisch. Die Mandeln kurz überbrühen, häuten, trocknen, dann möglichst fein zerkleinern und in den Mixer füllen. Nach und nach Wasser-Wein-Mischung hinzufügen und solange pürrieren, bis eine milchig weiße Flüssigkeit entsteht. Konsistenz nach Mischungsverhältnis.

Zubereitung
Den Reis waschen. Aus den Mandeln und dem Wasser wie beschrieben eine recht dicke

© 2026 coquina.de

Mandelmilch herstellen. Den Reis in einen großen Topf mit kaltem Wasser geben, aufkochen, abschäumen, vom Feuer nehmen und abtropfen lassen. Den Reis wieder in den Topf geben, mit einem Teil der Mandelmilch bedecken, aufkochen und auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren köcheln lassen. Im gleichen Maß wie der Reis trocken wird, nach und nach Mandelmilch zugeben, bis sie aufgebraucht ist. Der Reis muß die Konsistenz von normalem Milchreis haben. Eventuell mit Zucker oder Salz würzen.

© 2026 coquina.de