

FRÜHSTÜCK & DESSERTS

Canjica – süßer weißer Mais mit Milch und Zimt



VORBEREITUNG
10 Min.

KOCHEN
60 Min.

GESAMT
70 Min.

MENGE
4 Portionen

Gebrochener weißer Mais (Hominy, Canjica) wird in Brasilien und Teilen Afrikas als süßer Brei gekocht. Mit Milch, Zucker und Zimt wird daraus ein warmes Frühstück oder Dessert.

Zutaten für 4 Portionen

- 250 g gebrochener weißer Mais
- 1 l Wasser
- 500 ml Milch
- 200 ml Kondensmilch oder 80 g Zucker
- 1 Zimtstange
- 2 Nelken
- optional: geröstete Erdnüsse

Zubereitung

- 1 Mais über Nacht einweichen, abgießen.
- 2 Mit frischem Wasser, Zimt und Nelken ca. 45 Minuten weich kochen.
- 3 Milch und Kondensmilch zugeben und weitere 15 Minuten unter Rühren köcheln lassen, bis es cremig ist.
- 4 Warm oder kalt servieren, nach Wunsch mit gehackten Erdnüssen bestreuen.

Tipps

- Im Schnellkochtopf verkürzt sich die Garzeit deutlich.
- Ungesüßt passt der Mais auch zu Bohnen-Eintöpfen.

Häufige Fragen

Muss der Mais eingeweicht werden?

Ja, über Nacht einweichen und abgießen. Danach mit frischem Wasser ca. 45 Minuten weich kochen.

Geht Canjica im Schnellkochtopf?

Ja, im Schnellkochtopf verkürzt sich die Garzeit deutlich. Die Zeiten deines Topfs beachten.

Wie lange hält Canjica im Kühlschrank?

Da Canjica mit Milch gekocht wird, abgedeckt kühlen und innerhalb von 1–2 Tagen essen. Er schmeckt warm oder kalt.

Kann ich Canjica ohne Kondensmilch machen?

Ja, statt 200 ml Kondensmilch kannst du etwa 80 g Zucker nehmen.

Zutaten aus unserem Shop

- Bigi Mama Weißer Mais gebrochen (Canjica / Hominy) 900 g
- Bigi Mama Weiße Erdnüsse ungeröstet 450 g

Aktuelle Preise und Bestellung – Versand in ganz Deutschland oder kostenlose Abholung in Dillingen/Saar:

10eleven.de/rezepte/canjica-weisser-mais/



Scannen & einkaufen