

Möhren - Risotto

Zutaten:

300 g Zartweizen (z.B. Ebly) alternativ Risottoreis
3 Knoblauchzehen
1 Zwiebeln
250 g Champignons
350 g Möhren
1 Bund Frühlingszwiebeln
200 g Erbsen (TK)
250 g Cherry - Tomaten
1 Liter Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer, Olivenöl



Zubereitung:

- Knoblauch und Zwiebeln fein hacken.
- Beides in 5 EL Öl glasig dünsten.
- Den Zartweizen dazugeben und gut im Bratfett wenden.
- Die Hälfte der heißen Gemüsebrühe zugießen.
- Bei kleiner Hitze garen, bis die Flüssigkeit vom Reis aufgesogen ist.
- Dabei immer wieder umrühren.
- In der Zwischenzeit Pilze, Frühlingszwiebeln und die Tomaten klein schneiden.
- Möhren fein raspeln.
- Kleingeschnittenes, Erbsen und Möhren ins Risotto geben.
- Nach und nach die restliche Brühe zugeben.
- Immer wieder umrühren.
- Risotto mit den Gewürzen abschmecken.
- Wenn alle Flüssigkeit verkocht ist, das Risotto servieren.