

angelfoods Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

PARMESAN RISOTTO – MÖNCHSBART – SPARGELN - MORCHELN

Zutaten für GEMÜSE:

1 Bund	Mönchsbar
½ Bund	Spargeln, Morcheln Frisch in Diagonale Scheiben geschnitten
etwas	Zwiebeln / Knoblauch
etwas	Fleur de Sel, Pfeffer
etwas	Weisswein oder Prosecco

Zutaten für Risotto:

200 g	Risotto-Reis
4 EL	Noilly Prat
2,5 dl	Weisswein
ca. 4 - 6 dl	Gemüse-Brühe
1 kleine	Zwiebel, in Würfel geschnitten
2 EL	Butter
etwas	Fleur de Sel
etwas	Pfeffer, frisch gemahlen
etwas	Zucker
etwas	Parmesan, frisch gerieben

ZUBEREITUNG:

Das Gemüse waschen, putzen und in mundgerechte Stücke oder in die gewünschte Form schneiden. Den Mönchsbar waschen und die rote Wurzel grosszügig abschneiden. Kurz im heissen Wasser blanchieren. Mit Butter, Zwiebeln, Knoblauch in der Pfanne anbraten und mit Weisswein ablöschen. Mit frischen Kräutern bestreuen☺. Warm halten.

In der Zwischenzeit die gehackte Zwiebel in etwas Öl glasig dünsten. Risotto-Reis begeben, mischen und wie die Zwiebeln etwas andünsten. Mit dem Noilly Prat und dem Weisswein ablöschen. Den Reis auf mittlerer Hitze langsam weiterkochen lassen. Mit der Schöpfkelle während ca. 15 – 20 Minuten immer wieder Gemüse-Brühe begeben und rühren. Am Schluss noch etwas Parmesan sowie Butter begeben. Die Hitze reduzieren auf die kleinste Stufe.

Mit Pfeffer, Zucker und Salz abschmecken. Bei Bedarf kann zusätzlich noch etwas Vollrahm beigegeben werden (0,5 – 1dl) – dadurch wird der Risotto noch cremiger.

Den Risotto mittig auf den Teller geben und mit den Spargeln, Mönchsbar und Morcheln anrichten. En guete☺.