

REZEPT des MONATS November

Lauch-Champignon-Risotto (2 Portionen)

½ Stange Lauch
Ca. 200 g Champignons
1 EL Rapsöl
220 g Risottoreis
Ca. ½ - ¾ l Gemüsebrühe
Geriebenen Parmesan
1 EL frische Petersilie gehackt
Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- Lauch in feine Ringe schneiden
- Champignons blättrig schneiden
- Im Rapsöl zuerst den Lauch anrösten, bis er wenig Farbe bekommt
- Champignons dazugeben und mitdünsten
- Den Risottoreis mit Wasser abspülen und ebenfalls kurz mitdünsten
- Mit Gemüsebrühe langsam aufgießen (immer ca. 1 Schöpfer) und so lange rühren, bis die Brühe verkocht ist, dann den nächsten Schöpfer dazugeben usw.
- Wenn der Reis fertig gekocht ist, geriebenen Parmesan nach Geschmack dazugeben und unterrühren
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und gehackte Petersilie dazugeben
- Bei Bedarf Parmesan auch noch über das fertige Risotto geben