

Bärlauch – Risotto

Zutaten:

Für ca. 4 Personen:

300 g Bärlauch (geputzt), 3 EL Öl, Salz und Pfeffer, ½ TL Kümmel (gemahlen),
1 Prise Kreuzkümmel, 1 Prise Cayennepfeffer, 70 g Pinienkerne,

½ Bund Suppengrün, 2 EL Öl, 350 g Risottoreis, ¼ l Most oder Weißwein,
ca. 1 l Suppe, Salz, Pfeffer, ca. 1/8 l Milch, 150 g Bergkäse oder Parmesan (fein
gerieben)

Zubereitung:

Bärlauch waschen, klein schneiden und in Olivenöl anrösten. Gewürze
dazugeben und zugedeckt bei geringer Hitze etwa 5 Minuten ziehen lassen.
Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten und zum Bärlauch geben.
Suppengrün waschen und klein würfelig schneiden. In einem hohen Kochtopf
das Öl erhitzen, den Reis dazugeben und glasig anrösten. Das Gemüse dazu
geben, mit Most ablöschen und mit Suppe aufgießen. Mit Salz und Pfeffer
würzen und unter ständigem Rühren ca. 12 Minuten dünsten. Evtl. etwas Suppe
nachgießen und den gedünsteten Bärlauch dazu geben. Milch und die halbe
Menge Käse unterrühren.
Gut abschmecken und vor dem Servieren mit dem restlichen geriebenen Käse
bestreuen.

Gutes Gelingen wünscht Elfriede Schachinger!