


Graupenrisotto

Vollwertiges Getreiderisotto mit Sellerie, Petersilienwurzel und Porree (Lauch)

etwa 6 Portionen

 gelingt leicht

 bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

250 g Perlgraupen
750 ml Gemüsebrühe oder
Fleischbrühe
1 Zwiebel
200 g Möhren
200 g Petersilienwurzeln
150 g Staudensellerie
150 g Porree (Lauch)
30 g Butter
100 g durchwachsene Speck-
oder Schinkenwürfel
125 ml trockener Weißwein
1 TL Thymian
150 g Dr. Oetker Crème fraîche
Classic
1 Pck. Dr. Oetker Finesse
Geriebene Zitronenschale
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
100 g geriebener Parmesan

1 Vorbereiten:

Graupen mit kochendem Wasser übergießen und etwa 1 Std. quellen lassen. Danach abgießen und abspülen. Brühe erhitzen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Möhren und Petersilienwurzeln schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Staudensellerie putzen und in Scheiben schneiden. Porree putzen und in Würfel schneiden.

2 Zubereiten:

Butter in einem großen Topf zerlassen. Speck- und Zwiebelwürfel hinzufügen und anbraten. Übrige Gemüsegewürfel und Graupen hinzufügen und etwa 5 Min. unter gelegentlichem Rühren dünsten. Mit Weißwein ablöschen und diesen komplett einkochen. Mit Brühe bedecken, Thymian zugeben und weiterköcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren und bei Bedarf Brühe nachgießen. Risotto etwa 20 Min. kochen.

3 Crème fraîche und Finesse unterrühren und evtl. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Parmesan unterrühren. Das Graupenrisotto nach Wunsch mit Schnittlauchröllchen und Parmesan bestreut servieren.