

die Ebenrainköchin empfiehlt...

Venererisotto mit Selleriegulasch und Hüttenkäse

Monatsmenü Februar 2017 / 4 Personen

Risotto

1 EL HOLL-Raps- oder Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel

fein hacken, zugeben, andünsten

250 g Venerereis
2 dl Weisswein
800 ml Gemüsebouillon

zugeben, mit dünsten

ablöschen

begeben und bei kleiner Hitze 30 Min. köcheln

60 g Sbrinz
Salz und Pfeffer

begeben

abschmecken

Selleriegulasch

Gewürzmischung

4 Pfefferkörner
wenig Kümmel
1 KL Majoran, getrocknet
1 gehäufte KL Paprika, edelsüss
1 KL Rosenpaprika, scharf

im Mörser fein zerstoßen

zugeben, mischen

1 1/2 EL HOLL-Raps- oder Olivenöl
400 g Zwiebeln, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
wenig Salz

in einer Pfanne erhitzen

zugeben, andünsten

leicht salzen, so lange auf mittlerer Stufe dünsten, bis die Zwiebeln zu bräunen beginnen

2 EL Tomatenpüree
Gewürzmischung
4 dl Gemüsebouillon

zugeben, kurz mitrösten

ablöschen, zugedeckt 10 Minuten köcheln

1 kg Knollensellerie

schälen, in Würfel von 1 1/2 x 1 1/2 cm schneiden, in die Paprikasauce geben und zugedeckt weich garen

Salz
1 Spritzer Weissweinessig
200 g Hüttenkäse

abschmecken

dazu servieren

Die Ebenrainköchin wünscht "ä Guete".

ErnährungPlus
mehr als essen und trinken

