



Mühle Kleeb AG

3418 Rüegsbach Tel. 034-461 14 11

Spargel-Pilzragout mit Frühlings-Dinkel-Risotto

Dieses Rezept ist für 4 Personen als Hauptmahlzeit berechnet.

Zutaten

300g	Dinkel-Risotto*
je 1	kleine Zwiebel gehackt und Knoblauch gehackt
50g	Knollensellerie in kleinen Würfeln
2	Frühlingszwiebeln
2EL	Olivenöl
2EL	Zitronensaft
1,5 Liter	kräftige Gemüseboullion*
50g	Butter kalt
75g	Parmesan gerieben
60g	getrocknete Pilze (Steinpilze, Shitakepilze ect..)
500g	grüne Spargeln in 4 cm lange Stücke geschnitten
je 1	Zwiebel und Knoblauch gehackt
2EL	Olivenöl
3dl	Gemüseboullion*
2dl	Rahm
1 Zweig	Thymian frisch gehackt
	Salz Pfeffer

Pilze in 1Liter warmen Wasser 1 Stunde einweichen.

Zubereitung Risotto

Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und das geschnittene Gemüse andünsten, den Dinkel dazu geben und kurz mit dünsten. Mit 1 dl Gemüseboullion und dem Zitronensaft ablöschen und einrühren bis alles eingekocht ist. Hitze reduzieren. Anschliessend 1 -2 dl Boullion dazu geben und unter ständigem rühren einkochen. Vorgang wiederholen, bis das Risotto bissfest ist. Zugedeckt warm stellen.

Spargel-Pilzragout:

Pilze abschütten und in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einer weiten Bratpanne erhitzen geputzte Spargeln schwenkend anbraten Zwiebeln und Knoblauch und Pilze dazu geben, kurz mitdämpfen. Mit Boullion ablöschen und kochen bis die Spargeln bissfest sind. Ev. etwas Flüssigkeit nachgeben. Rahm dazu und mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem servieren, Butter in den Dinkelrisotto und ½ des Parmesan einrühren. Auf warmen Tellern anrichten und mit dem Rest Parmesan garnieren. Das Spargel-Pilzragout neben dem Risotto anrichten. Sofort servieren.

* Diese Zutaten sind in unserem Mühlenladen und im Online-Shop erhältlich