

Tici Kaspar

BUCHWEIZEN-SPARGEL-RISOTTO

Für 4 Portionen:

- 200 g Wurzelgemüse, gerieben
- 400 g grüner Spargel, klein geschnitten
- 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 3 EL Olivenöl
- Schuss Weißwein
- ¾ l Gemüsefond
- Kräutersalz
- 400 g Buchweizen, gewaschen
- 80 g Parmesan
- 2 – 3 EL Mascarpone
- frische Gartenkräuter, fein geschnitten

zum Verfeinern

- 1 Handvoll Wildkräuter
- 100 g cremiger Ziegen- oder Schafskäse
- 1 Schuss Zitronen-Ölivenöl

Zubereitung:

- Das Wurzelgemüse waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden oder grob hobeln.
- Einen Topf erhitzen, Zwiebel mit Knoblauch mit Olivenöl anschwitzen, das Wurzelgemüse begeben und bei milder Hitze einige Minuten glasig dünsten. Mit etwas Kräutersalz würzen.
- Mit Weißwein ablöschen und Gemüsefond aufgießen. Buchweizen begeben, immer wieder umrühren und bissfest kochen. Zum Ende der Garzeit die Spargelstücke unterrühren und die letzten Minuten mitköcheln lassen.
- Mit Mascarpone, Parmesan, frischen Kräutern sowie Salz und Pfeffer abschmecken.
- Mit cremigen Ziegen- oder Schafskäse anrichten, mit Wildkräutern bestreuen und mit Zitronen-Ölivenöl beträufeln.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: leicht