



Kräuter-Risotto mit Spargel

Zutaten (2 Personen)

- 200 g Spargel grün, geputzt
- 1 Frühlingszwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1 EL Rapsöl
- 130 g Emmerreis (oder Risottoreis)
- 300-350 ml Gemüsebrühe
- Schuss Weißwein
- 40 g Parmesan
- 20 g Butter
- 1 Handvoll Kräuter der Saison (bei mir: Petersilie, Minze, Thymian, Garnitur: Portulak)
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

Frühlingszwiebel und Knoblauch klein schneiden.

In einem Topf mit 1 EL Rapsöl die Frühlingszwiebel und Knoblauch dünsten. Reis einrühren, kurz anschwitzen und mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Gemüsebrühe nach und nach zugießen. Reis unter Rühren bissfest garen.

Spargel im unteren Drittel dünn schälen, trockene Enden wegschneiden. Spargel in schräge Stücke schneiden.

Gegen Ende der Garzeit Spargel einrühren und bissfest kochen (ca. 2-3 Minuten). Parmesan und Butter unterrühren.

Kräuter fein hacken und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.