



## PUSCHTRA KORN UND REIS

### *Mehrkornrisotto mit Kaninchen und Wurzeln*

#### **Zubereitung**

1. Gerste und Weizenkörner getrennt über Nacht im Wasser einweichen. Anschließend getrennt im Wasser ohne Salz mit Biss kochen. Abschütten.
2. Zwiebel in Öl anschwitzen, den Reis begeben und farblos glasieren. Mit Weißwein ablöschen und mit der Gemüsebrühe nach und nach aufgießen. Innerhalb 16-18 Minuten zu einer cremigen Konsistenz kochen.
3. In der Zwischenzeit das Gemüse in unterschiedliche Schnittformen schneiden. Dem Risotto während der letzten 5 Minuten im Kochprozess, Gerste, Dinkel und das Gemüse begeben.
4. Den Risotto mit Salz, Pfeffer, Butter und Parmesan gut abschmecken. Dieser sollte eine sehr cremige Konsistenz haben.
5. Die Kaninchenfilets mit Salz und Pfeffer würzen. Im heißen Öl allseitig braten.

#### **EMPFOHLENE ANRICHTEFORM**

Den Risotto im Teller einlaufen lassen. Mit zwei Scheiben Kaninchenfilets und frischen Kräutern servieren.

