

Tomatenrisotto, Kichererbsen, Petersilie und Brokkoli-Creme



Zubereitungszeit: 40 min.

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten (4 Leute)

- Pomito Tomatenfruchtfleisch feine Stückchen 300g 250 g
- **Zutaten**
 - Carnaroli-Reis 320 g
 - Etwas EVO-Öl
 - Gekochte Brokkoli 300 g
 - Gekochte Kichererbsen 200 g
 - Gemüsebrühe 1 l
 - Petersilie 1 Bund
 - Weißer Essig 1 Teelöffel
 - Weiße Zwiebel ½

Für dieses Rezept haben wir verwendet:



Zubereitung

Die Zwiebel fein hacken und in einer Kasserolle anbraten, dann den Reis und die Kichererbsen dazugeben und gut rösten. Nachdem sie gut geröstet sind, das Kochen mit der heißen Gemüsebrühe beginnen und eine Suppenkelle nach der anderen hinzufügen.

In der Hälfte des Kochvorgangs das **Pomito Tomatenfruchtfleisch feine Stückchen** hinzugeben, damit die Zutaten gleichmäßig garen.

Nach dem Kochen ein wenig EVO-Öl und eine Handvoll gehackte Petersilie hinzugeben und ein paar Minuten ruhen lassen. Mit einem Mixer oder Minipimer den Brokkoli mit zwei Esslöffeln EVO-Öl, Salz und Pfeffer pürieren.

Zum Servieren einen Speisering mit dem Reis füllen: Dabei einen etwa 2 cm großen Rand lassen, um zum Schluss eine Schicht Brokkoli-Creme hinzuzufügen.

Mit etwas EVO-Öl servieren.