



Einkornreis in Schwammerlrahm

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
150 g	Gemüse nach Geschmack und Jahreszeit	<ul style="list-style-type: none"> • Das Gemüse vorbereiten und fein schneiden oder raffeln.
1 1 Bund	Zwiebel Petersilie	<ul style="list-style-type: none"> • Die Zwiebel in feine Würfel schneiden. • Die Petersilie kleinschneiden.
250 g	Schwammerl nach Wahl	<ul style="list-style-type: none"> • vorbereiten und in Scheiben schneiden.
1 TL	Butter	<ul style="list-style-type: none"> • Die Butter in einen Topf geben und schmelzen. • Gemüse, Zwiebelwürfel, Petersilie und Schwammerl dazugeben und andünsten
100 g	Einkornreis	<ul style="list-style-type: none"> • Den Einkornreis dazugeben und mitdünsten lassen.
¼ l	Gemüsebrühe	<ul style="list-style-type: none"> • Die Gemüsebrühe dazugeben und alles 1x aufkochen lassen – einen Deckel auf den Topf geben. • Auf sehr kleiner Stufe 20 Minuten lang ausquellen lassen.
½ Becher ½ Bund	Sahne Dill, gehackt Salz und Pfeffer	<ul style="list-style-type: none"> • Nach der Garzeit: Sahne, Dill, Salz und Pfeffer untermengen, abschmecken.
<ul style="list-style-type: none"> • Dazu passen Salate aller Art. 		



BIOHOF
Fischer-Illinger