

## Zartweizen - Risotto

### Zutaten:

300 g Zartweizen (z.B. Ebly)

400 g Wirsing

500 g Champignons

6 Cherry - Tomaten

2 Knoblauchzehen

2 Zwiebeln

200 g Schlagsahne

80 g geriebener Käse

800 ml Gemüsebrühe

100 ml Rotwein

frischer Thymian

Salz, Pfeffer, Öl



### Zubereitung:

- Champignons in kleine Stücke schneiden.
- Wirsing in feine Streifen schneiden.
- Zwiebeln und Knoblauch fein hacken.
- Tomaten in kleine Stücke schneiden.
- Thymian klein hacken.
- Knoblauch und Zwiebeln in 3 EL Öl glasig dünsten.
- Pilze zugeben und 5 Minuten mitbraten.
- Immer mal wieder umrühren.
- Wirsing untermischen und weitere 5 Minuten braten.
- Wie zwei Reihen zuvor, immer fleißig rühren.
- Salzen und Pfeffern.
- Den Zartweizen untermengen.
- Wein und Brühe zugießen.
- Aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.

- Jetzt erst recht, rühren, immer wieder rühren.
- Tomaten, Thymian und Sahne unterrühren.
- Noch einmal 5 Minuten köcheln lassen.
- Endgültig mit den Gewürzen abschmecken.
- Käse unterrühren und sofort servieren.

*Das große Geheimnis der Risottozubereitung ist das ständige Umrühren, damit nichts anbrennt und die Feuchtigkeit besser verkochen kann.*