

Erbsen-Minze-Risotto mit lauwarmem Spargelsalat und Zitronendressing

Zutaten für Erbsen-Minze-Risotto (für 10 Portionen)

| | | | |
|--------|---|-------|----------------------------|
| 100 g | Butter | 600 g | Erbsen (TK, aufgetaut) |
| 200 g | Zwiebeln, fein geschnitten | 15 g | abgeriebene Zitronenschale |
| 800 g | Riso Cremona Arborio – original italienischer Risottoreis | 200 g | Sahne |
| | | 75 g | frische Minze |
| 200 ml | Weißer Traubensaft (oder Weißwein) | | Pfeffer, Salz |
| 2 l | Hühnerbrühe (oder Gemüsebrühe für die vegetarische Zubereitung) | | |

Zubereitung (Zubereitungszeit: 50 Min.)

1. Butter erhitzen, die Zwiebeln andünsten.
2. Reis dazu geben und glasig werden lassen.
3. Traubensaft (Wein) und etwas Brühe angießen und kurz aufkochen lassen. Nach und nach die Brühe zugeben und bei mittlerer Hitze garen. Gut umrühren.
4. Erbsen und Zitronenschale 10 Minuten vor Ende der Garzeit zugeben.
5. Sahne und Minze zum Schluss untermischen und eventuell mit Pfeffer und Salz nachwürzen.

Zutaten für Spargelsalat mit Zitronendressing (für 10 Portionen)

| | |
|--------|---------------------------------|
| 2 kg | weißer Spargel |
| | Zucker, Salz |
| 100 ml | Zitronensaft |
| 150 g | rote Zwiebeln, fein geschnitten |
| 30 g | Honig |
| 10 g | Salz |
| 25 g | Petersilie, grob gehackt |
| 150 ml | Öl (z. B. Haselnussöl) |
| | Pfeffer, nach belieben |
| 100 g | Haselnüsse, gehobelt; geröstet |

Zubereitung (Zubereitungszeit: 30 Min.)

1. Den Spargel schälen, in 2-3 cm lange Stücke schneiden und in ausreichend leicht gezuckertem Salzwasser auf Biss kochen.
2. Aus dem Zitronensaft, den Zwiebeln, Honig, Salz, Petersilie und dem Öl eine Vinaigrette anrühren. Mit Pfeffer abschmecken.
3. Erbsen-Minze-Risotto auf Teller verteilen. Lauwarmen Spargelsalat darauf anrichten und mit den Haselnüssen bestreuen.

mit Kreuzkümmel
als Gewürz
bestreuen

