



Gesamtzeit: 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

Dinkel Risotto mit roter Bete und Ziegenkäse

Dinkel Risotto mit roter Bete und Ziegenkäse

150 g Rinatura Dinkel schnellkochend Bio

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

2 gekochte rote Bete (vakuumverpackt oder frisch gegart)

600 ml Wasser

1 Esslöffel Rinatura Gemüsebouillon ohne Hefe Bio

100 ml Weißwein (optional)

3 Esslöffel Ziegenfrischkäse oder Ziegenrolle

1 Handvoll Walnüsse

1 Esslöffel Rinatura Sonnenblumenöl kaltgepresst Bio

Etwas Salz, Pfeffer, Thymian oder Rosmarin

Dinkel Risotto mit roter Bete und Ziegenkäse

1.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Rote Bete würfeln und Ziegenrolle zerbröckeln. Walnüsse grob hacken.

Wasser erhitzen und mit dem Gemüse Bouillon vermischen.

Zwiebel und Knoblauch in Öl glasig dünsten. Dinkel hinzufügen, kurz mitrösten. Mit Wein ablöschen (wenn verwendet), dann nach und nach heiße Brühe zugeben, wie beim klassischen Risotto.

Nach ca. 10–15 min. die Rote Bete zugeben und miterwärmen. Nach ca. 20 min. sollte der Dinkel gar und cremig sein.

Ziegenkäse unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Thymian oder Rosmarin abschmecken. Mit den Walnüssen servieren.