

Rezept

Linsen-Bohnen-Risotto

Ein Rezept von Linsen-Bohnen-Risotto, am 30.04.2025

Zutaten

500 g grüne Bohnen	1,2 l Gemüse- oder Geflügelbrühe
1 Zwiebel	250 g rohe Bratwürste (z.B. italienische Salsicce)
1 EL Olivenöl	150 g rote Linsen
150 g Risottoreis	4 Stängel Ysop (ersatzweise Bohnenkraut oder glatte Petersilie)
Salz	Pfeffer
50 g frisch geriebener Hartkäse (z.B. Pecorino oder Bergkäse)	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal

Zubereitung

1. Bohnen waschen und die Enden abschneiden. Wenn sich dabei Fäden lösen, mit abziehen. Bohnen schräg in 2 cm große Stücke schneiden. Die Brühe aufkochen, dann warm halten. Zwischendurch die Zwiebel schälen und fein würfeln. Das Wurstbrät aus den Pellen drücken. In einem Topf das Öl erhitzen. Darin Zwiebel und Brät bei mittlerer Hitze in 4-5 Min. goldbraun braten, dabei das Wurstbrät mit einem Kochlöffel zerkrümeln.
2. Die Linsen und den Reis dazugeben, 1-2 Min. mitbraten, dabei häufig umrühren. Mit einem Drittel der Brühe aufgießen und bei geringer Hitze 20 Min. kochen lassen, dabei ab und zu umrühren und immer wieder etwas Brühe nachgießen.
3. Nach 5 Min. Garzeit die Bohnen unter den Risotto mischen. Den Ysop abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob hacken.
4. Am Ende der Garzeit den Topf vom Herd nehmen. Den Käse unter den Risotto rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Risotto auf Tellern verteilen und mit dem Ysop bestreuen.