

Rezept

Pilzgraupen mit Chicorée

Ein Rezept von Pilzgraupen mit Chicorée, am 23.04.2024

Zutaten

400 g Chicorée	1 Stück Lauch (grüner Teil)
2 Knoblauchzehen	3 EL Butter
250 g Rollgerste (Gerstengraupen)	1 TL rosenscharfes Paprikapulver
ca. 900 ml Gemüsebrühe	250 g Champignons oder Egerlinge
1/2 Bund Petersilie	150 g Blauschimmelkäse
1/4 Bio-Zitrone	Salz
schwarzer Pfeffer	frisch geriebener Parmesan zum Servieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

Zubereitung

1. Vom Chicorée welke Blätter entfernen und das Strunkende abschneiden. Den Chicorée waschen und in Streifen schneiden. Das Lauchstück waschen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken.
2. In einem Topf die Hälfte der Butter zerlassen und den Chicorée, die Lauchstreifen und den Knoblauch darin andünsten. Die Graupen dazugeben und gut untermischen. Das Paprikapulver darüberstäuben und kurz anrösten. Ein Viertel der Brühe dazugießen und die Graupen zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze in ca. 35 Min. bissfest garen. Dabei nach und nach die übrige Brühe dazugeben und häufig umrühren.
3. Inzwischen die Pilze mit Küchenpapier sauber reiben und die Stielenden abschneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Den Käse in kleine Würfel schneiden. Das Zitronenstück heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben.
4. Die Pilze in feine Scheiben schneiden. Die übrige Butter zerlassen und die Pilze darin bei mittlerer Hitze unter Rühren leicht braun braten. Salzen und mit Petersilie, Käse und Zitronenschale unter die Graupen mischen. Alles unter Rühren erhitzen, bis der Käse schmilzt. Die Graupen mit Salz und Pfeffer abschmecken und gleich mit dem Parmesan servieren.