

Chili-Bohnen-Risotto



Zutaten

1 Stück Zwiebel, mittel
2 Stück Knoblauchzehen
2 Stück Chilischoten
2 Esslöffel Olivenöl
2 Esslöffel Butter
250 g Risottoreis
1 Teelöffel Kreuzkümmel, gemahlen
1 Teelöffel Paprika, edelsüß
1 dl Rotwein
400 g Pelatitomaten, gehackt
5 dl Gemüsebouillon
1 Bund Petersilie
1 Dose Indianerbohnen, (Red Kidney Beans)
abgetropft ca. 300g
Salz, Pfeffer, schwarz, aus der Mühle

Zubereitung Für 4 Personen

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Chilischoten der Länge nach halbieren, entkernen und in feinste Streifen schneiden.

2. In einer mittleren Pfanne Olivenöl und Butter erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Chilischoten darin andünsten. Dann den Reis beifügen und kurz mitrösten. Kreuzkümmel und Paprika darüber streuen, alles gut mischen, dann mit Rotwein ablöschen. Die Pelati sowie die Hälfte der Bouillon beifügen und den Risotto unter gelegentlichem Rühren kochen, bis er alle Flüssigkeit aufgenommen hat.

3. Die Petersilie hacken. Mit der restlichen Bouillon sowie den gut abgetropften Indianerbohnen unter den Risotto mischen. Diesen noch so lange kochen lassen, bis er bissfest ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt neben der Herdplatte noch etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Als Beilage passen zum Beispiel Rindfleischspießchen, Schweinswürstchen oder Bratwürste.

Für den Kleinhaushalt:

2 Personen: Zutaten halbieren.

1 Person: Zutaten vierteln, jedoch zum Ablöschen 1/2 dl Rotwein verwenden.

(Quelle:wildeisen.ch)