

Kochen**Melina Ebert****Montag, den 14.11.2022****Cremiges Grünkohl-Risotto mit Erbsen-Reis****Für 2 Personen****Zutaten**

200g Erbsen-Reis (Erbsenmehl in Reisform)

2 rote Zwiebeln

1 EL Olivenöl

2 Knoblauchzehen

160g Grünkohl

Pfeffer, Salz

1 EL weißes Mandelmus

80ml Wasser

1 EL Zitronensaft

Zubereitung

1. Den Erbsenreis 10 Minuten im Salzwasser kochen und abtropfen lassen.
2. Die Zwiebeln feinhacken und in einer Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Hitze 3 Minuten lang andünsten.
3. Knoblauch feinhacken, dazu geben und weitere 2 Minuten dünsten.
4. Den Grünkohl vom Stängel zupfen, grob hacken und ebenfalls in die Pfanne geben. Kurz köcheln lassen, Salz und Pfeffer zufügen und dann den fertigen Erbsenreis unterheben.
5. Mandelmus und Wasser vermengen und in die Pfanne geben. Zitronensaft darüber träufeln.