

URDiNKEl-KERNOTTO

BÄUERiNNENART

4
Portionen
45Min.
Vor- /Zubereitung



Hauptgang

Dies und noch weitere Rezepte des LBV
gibt es auf www.luzernerbauern.ch

LUZERNER BÄUERiNNEN
UND BAUERN



URDINKEL-KERNOTTO BÄUERINNENART

ZUTATEN

- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- Butter zum Dämpfen
- 400 g gemischtes Gemüse (Rüebli, Sellerie, Lauch), klein gewürfelt
- 250 g UrDinkel- Kernotto
- Ca. 8 dl Gemüsebouillon
- 1 dl Rahm
- 3 EL Petersilie, fein gehackt
- Salz, Pfeffer
- 100 g geriebener Gruyère
- Petersilie zum Garnieren, gehackt

ZUBEREITUNG

Zwiebel und Knoblauch in der Butter andämpfen, Gemüse und Kernotto dazu geben und kurz mitdünsten. Mit Bouillon ablöschen, aufkochen und bei kleiner Hitze und häufigem Rühren 20-25 Min. al dente kochen. Kurz nachziehen lassen.

Vor dem Servieren Rahm und Petersilie begeben, würzen, Käse darunterziehen, mit wenig Petersilie bestreuen und servieren.

4

Portionen

45Min.

Vor- /Zubereitung

Einkaufstipp:

UrDinkel-Kernotto
Familie Baumgartner, Ufhusen

