

Lunch



voor ± 3-4 personen



RISOTTO MET DOPERWTEN, ASPERGES EN PARMAZAAN

500 gr groene asperges

60 gr Parmezaan

250 gr biologische peultjes

1 biologische citroen

300 gr risotto rijst

2 takjes verse munt

1 liter biologische groentebouillon

vers gemalen peper en zout

60 gr ongezouten roomboter

BEREIDING

Snij de onderkant van de groene asperges en snij ze in grove stukken. En haal de doperwten uit de peultjes. Doe de asperges samen met de erwten in een pan en giet er gekookt water uit de waterkoker op. Laat dit ongeveer 5 minuten staan en giet het daarna af. Snij de verse takjes munt alvast fijn en houd wat blaadjes apart voor de garnering. Breng de groentebouillon aan de kook, draai het vuur laag en laat de bouillon op het fornuis staan. Neem een gietijzeren pan of een pan met een dikke bodem en doe de helft van de boter in de pan en laat het smelten. Voeg de risottorijst toe en blijf ongeveer 3 minuten roeren tot de korrels glazig zijn. Voeg dan een soeplepel groentebouillon toe en blijf roeren tot deze is opgenomen. Herhaal dit tot de rijst gaar is. Dit duurt ongeveer 20 minuten. Het kan zijn dat je wat bouillon overhoudt. Zet dan de warmtebron uit. Schaaf dan de Parmezaanse kaas in grove vlokken. Hou wat vlokken apart voor de garnering en voeg de rest van de kaas en de boter bij de risotto en roer de risotto goed door. Voeg dan de stukken asperge, erwten en munt toe. Snij de citroen door midden en pers het sap van één helft van de citroen in een kopje en voeg het dan bij de risotto en roer het geheel nog rustig door. Maak de borden op en garneer de risotto met wat extra Parmezaanse kaas, blaadjes munt en vers gemalen peper en zout.