

# Lunch



voor ± 2-3 personen



## RISOTTO MET PADDENSTOELEN, VENKEL EN PARMEZAAN

250 gr biologische risotto rijst

200 gr biologische paddenstoelen

1/2 biologische venkel

75 gr biologische Parmezaan

3 takjes verse biologische tijm

1 biologische rode peper

1/2 biologische citroen

1 biologische ui

3 eetlepels biologische olijfolie

2 biologische groentebouillonblokjes

vers gemalen peper en zout

## BEREIDING

Doe 700 ml water in een steelpan, breng dit aan de kook en los daar 2 groente bouillonblokjes in op. Borstel de paddenstoelen schoon en snij ze in plakken. Zet dit even aan de kant. Spoel dan de venkel onder stromend water schoon, en snij de stengels en de onderkant eraf. Halveer dan de venkel en snij één helft in stukken. Zet dit ook aan de kant. Spoel de rode peper schoon, halveer deze, verwijder de pitjes en snij de peper in hele kleine stukjes. Snipper dan de ui, doe de olijfolie in de pan en voeg de gesnipperde ui toe. Fruit de ui en voeg dan de stukjes rode peper toe. Fruit deze even mee en voeg dan de risottorijst toe. Bak de rijst 2 minuten mee en doe dan de venkel bij de rijst. Schep er 2 á 3 soeplepels bouillon bij en blijf omscheppen totdat al het vocht is opgenomen. Herhaal dit totdat al de bouillon op is en de rijst gaar. Het mag er nog behoorlijk sappig uitzien. Voeg nu de paddenstoelen toe en roer het goed door elkaar. Halveer de citroen en pers het sap van één helft van de citroen erbij. Snij daarna de helft van de tijm fijn en voeg dit ook dit bij de risotto. Maak de risotto indien nodig op smaak met vers gemalen peper en zout. Schep de risotto op de borden en rasp er met een kaasschaaf Parmezaan overheen. Maak het af met wat verse tijm.