

Lunch



voor ± 2 personen



RISOTTO MET GROENE ASPERGES, DOPERWTEN EN MUNT

350 gr biologische asperges

1 biologisch sjalot

150 gr biologische doperwtten (pot)

1 eetlepel biologische olijfolie

150 gr biologische risotto-rijst

½ biologisch bouillonblokje

40 gr biologische Parmezaan

een handje vers muntblad

1 biologische citroen

vers gemalen peper en zout

BEREIDING

Was en snij de onderkant van de asperges. Snij ze daarna in stukjes van 2,5 cm en zet dit even aan de kant. Breng 500 ml water aan de kook en laat 1/2 blokje groentebouillon hierin oplossen. Snipper de sjalot. Doe de olijfolie in een pan en fruit de sjalot aan. Voeg dan de risotto-rijst toe en bak deze kort mee. Schep met een grote soeplepel 2 lepels bouillon bij de risotto-rijst. Roer af en toe door totdat de bouillon is opgenomen. Laat de doperwtten uitlekken. Voeg de doperwtten en de asperges toe aan de risotto. Schep vervolgens weer een soeplepel bouillon bij de rijst en blijf roeren totdat de bouillon opgenomen is. Herhaal dit totdat de bouillon op is. Dit duurt ongeveer 20/25 minuten. Snij als laatst de munt fijn en rasp wat schil van de citroen. Meng de munt, de citroenrasp en de Parmezaan door de risotto en maak op smaak met wat vers gemalen peper en zout.