

# Dinkelrisotto



#dieesserwisser

Kochdauer: 30- 60 Minuten  
Schwierigkeit: Einfach

## Zutaten

- ✓ 1 Stk. Zwiebel fein gehackt
- ✓ 60 g Parmesan
- ✓ Öl
- ✓ 4 Stk. Knoblauchzehen
- ✓ 1 Stk. Paprika
- ✓ 250 g Zucchini
- ✓ 150 g Dinkelreis
- ✓ 2 Stk. Tomaten
- ✓ 3 EL Crème Fraiche
- ✓ 300 ml Gemüsesuppe



1

Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Zwiebel und grobgehackten Knoblauch darin anrösten.

2

Danach Paprika und Zucchini in kleine Würfel schneiden und 4-5 Minuten mitbraten.

3

Dinkelreis kurz mitrösten und mit der Gemüsesuppe aufgießen.

4

Tomaten grob würfelig schneiden und zum Risotto geben

5

Mehrmals umrühren und 15 Minuten köcheln lassen. mit Salz und Pfeffer abschmecken

6

Crème Fraiche unterrühren.