



Delikatne zbożowe risotto z burakami i imbirem

🕒 25—30 Min   

Przygotowanie

- 1 Obierz i drobno pokrój cebulę. Pokrój buraki w kostkę.
- 2 Rozgrzej olej sezamowy na patelni i zeszklij cebulę. Dodaj ziarna pszenicy i smaż przez chwilę. Dodaj buraki i cynamon, do deglasowania patelni dodaj octu i wlej bulion warzywny.
- 3 Dodaj sok pomarańczowy i mielony imbir, a następnie gotuj na wolnym ogniu przez 15 minut.
- 4 Wyjmij laskę cynamonu. Gdy tylko ziarna pszenicy będą miękkie, dolej mleczko kokosowe.
- 5 Dobrze wymieszaj i przypraw do smaku solą morską i mielonym pieprzem. Rozłóż danie na talerze, posyp chrzanem i ciesz się smakiem.

Składniki - Ilość osób: 2

♦ = Kotányi Produkte

2 szt.	Cebula
3 łyżki	Olej sezamowy
200 g	Ziarno pszenicy
200 g	Burak
150 ml	Mleko kokosowe
1 łyżka	Ocet żurawinowy
500 ml	Bulion warzywny, czysty
4 łyżki	Sok pomarańczowy
1 szt.	Tarty chrzan
1 szt.	♦ Cynamon cały
1 łyżeczka	♦ Imbir mielony
1 szczypta	♦ Sól Morska gruboziarnista jodowana
1 szczypta	♦ Pieprz Czarny ziarnisty

