



Karamellisierter Lauch mit Cacio-e-Pepe-Hirse

🕒 35—45 Min   

Zubereitung

Zutaten für 2 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

160 g	Hirse
75 ml	Milch
1 EL	Olivenöl
3 EL	Parmesan gerieben
1 Stk.	♦ Meersalz jodiert grob
1 Stk.	♦ Pfeffer schwarz ganz
1 Tasse	Frische Petersilie gehackt
75 g	Gemischte Bohnen nach Wahl

Für den Lauch

400 g	Lauch
2 EL	Olivenöl
1 EL	Honig
3 EL	Essig
1 EL	Butter

- 1 Im ersten Schritt wird die Hirse zubereitet. Dafür diese in einem Sieb waschen. Anschließend in 300ml gesalzenem Wasser aufkochen und für etwa 15 Minuten köcheln lassen. Danach die Milch, das Olivenöl, eine Prise Pfeffer und geriebenen Parmesan unterrühren. Für weitere 10 Minuten ziehen lassen. Kosten und gegebenenfalls nochmals mit den Gewürzen abschmecken.
- 2 In der Zwischenzeit kann der Lauch zubereitet werden. Den weißen Teil des Lauchs dafür in etwa 3-4 cm lange Stücke schneiden. Bei 200° in den Ofen geben und garen, bis dieser weich ist.
- 3 Dann in einer Pfanne mit Olivenöl auf allen Seiten scharf anbraten. Auf niedrige Hitze schalten. Den Honig nun hinzugeben und umrühren. Mit dem Essig ablöschen und die Butter ebenfalls einrühren.
- 4 Die fertigen Lauchstücke nun auf der Hirse anrichten und mit den Bohnen und der gehackten Petersilie vermischen. Nochmals mit einer kräftigen Prise Pfeffer würzen und genießen.

