

# REZEPTTIPP AUS DER REGION







## Rezept für

4 Personen

## Zubereitungszeit

Etwa 1 Stunde  
(ohne Einweichzeit)

## Zutaten

500 g Fisser Imperial Gerste  
1 Lauch, 1 Karotte, 1 Zwiebel  
¼ Sellerieknolle  
30 g Pflanzenöl  
1 L Gemüsefond oder -brühe  
2 kleine Kartoffeln  
Salz, Pfeffer, 1 Lorbeerblatt  
100 ml Weißwein  
Liebstöckel, Petersilie, Schnittlauch  
(vorzugsweise frisch)



**ICH LERNE IMMER!  
(MICHELANGELO)**

Lieblingszitat von Philipp Kaschutnig

## REZEPTTIPP AUS DER REGION

## VEGANER GERSTENEINTOPF

Am Vortag die Gerste in reichlich Wasser über Nacht einweichen. Am nächsten Tag durch ein Sieb geben und unter kaltem Wasser gut waschen.

Den Lauch in feine Ringe schneiden und zusammen mit den Zwiebeln, Karotten und dem Sellerie in Butterschmalz farblos anbraten. Sobald die Zwiebeln glasig sind, die Gerste hinzufügen und kurz mitrösten.

Nun mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsebrühe (oder Wasser) aufgießen. Würzen und bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Nach etwa 30 Minuten die Kartoffelwürfel (1 cm) hinzufügen und diese weichkochen. Sobald die Kartoffeln weich sind, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Kräutern verfeinern.

Die Konsistenz sollte einem Risotto ähneln. Zum Verfeinern kann auch noch kräftiger Bergkäse untergehoben werden.

**GUTEN APPETIT!**

