



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUĞDAY RİSOTTO

Sebze suyu için:
2 adet kuru soğan
2 adet havuç
2 adet kereviz sapı
3 dal taze kekik
1 adet defne yaprağı
Tuz
Tane karabiber
1,5 litre su
Risotto için:
100 gram buğday
5 su bardağı sebze suyu
150 gram toz parmesan
2 yemek kaşığı tereyağı
5 adet mantar
1 adet kuru soğan
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Sebze suyu için malzemeleri soyup dörde bölün ve tencereye alın. Üzerine suyu ekleyip kapağı açık halde 45 dakika kadar haşlayın. Ardından süzüp suyunu daha sonra kullanmak üzere kenara alın. Risotto için buğdayları önceden ıslatın. Yemeği yapacağınız zaman soğanı mantarları yemeklik doğrayın. Tencerede zeytinyağını ısıtıp soğanı yağda çevirin. Mantarları da ekleyip suyunu çekene kadar kavurun. Ardından buğdayı ekleyip üzerine 1 kepçe sebze suyu ilave edin ve suyu buğdaya çektirin. Aynı işlemi buğdaylar iyice yumuşayana kadar sürdürün. Arada tuz ve karabiber ilave edin. Buğday iyice yumuşadığında parmesanı da ekleyip harmanlayın. Son olarak tereyağını ekleyip bağladığınız risotto'yu önceden ısıttığınız tabaklarda sıcak servis edin.



