

VEGAN RISOTTO

WORTEL
SCHieten

INGREDIËNTEN

- 1 eetlepel olijfolie
- 1 ui
- 5 kastanjechampignons
- 6 champignons
- 3 teentjes knoflook
- 1 blokje groentebouillon
- 3 kopjes risottorijst
- 30 gram plantaardige boter
- peper en zout
- 3 eetlepels vegan roomkaas (haver cuisine)
- 3 takjes peterselie
- tijm
- 2 paprika's

Wortel Schieten
is een project van:



Deze editie werd uitgevoerd
in opdracht van:



Volkskantine

Wortel Schieten is onderdeel van het EU-programma
FoodWave, geïnitieerd door Milaan:



BEREIDINGSWIJZE:

1. Was alle groenten met water en snijd het in stukjes.
2. Verwarm de olie in een pan met een dikke bodem.
3. Bak de ui, knoflook en champignons tot ze gaar zijn.
4. Voeg de rijst toe en bak mee tot de korrels een beetje doorzichtig worden.
5. Maak in een andere pan de bouillon van het bouillonblokje en een halve liter water.
6. Voeg drie kopjes bouillon toe aan de rijst. Roer goed en wacht tot het vocht is opgenomen door de rijst.
7. Voeg nu telkens 1 kopje bouillon toe en wacht tot deze is opgenomen. Ga door tot de bouillon op is.
8. Laat de pan 10 minuten staan. Doe het vuur uit. Voeg de boter toe en laat smelten. Voeg de havercuisine en naar smaak peper en zout toe.

Gang: hoofdgerecht

Bereidingstijd: 45 minuten

Aantal personen: 2

Eet smakelijk!



TIP:

Een risotto recept zonder kaas? Jazeker! Als je het goed aanpakt hoef je de kaas in een vegan risotto niet te missen. Mis je de kaas? Dan is het geheime ingrediënt de edelgistvlok. Deze geelkleurige vlokjes hebben een hartige, kazige smaak en kun je toevoegen als extra ingrediënt.

