

Ritschert



Für dieses Gericht haben wir eine Tasse **Nacktgerstenreis** (unserer war vom Meierhof) und eine Tasse **Waldviertler Wicklinsen** mit der 3-4 fachen Menge Wasser in einen Kochtopf gegeben und mit geschnittenem **Lagergemüse** (Karotten, Pastinaken, Sellerie) und etwas **Rauchwurz** gekocht. Im Druckkochtopf dauert es ca 20 Minuten, ohne Druck ca 40 Minuten. Nach dem Garen verträgt das Gericht noch eine Ruhepause, damit es nachquellen kann, dann nach Belieben salzen und pfeffern schmecken lassen!

Alternativen: Dieses Rezept funktioniert auch mit Rollgerste oder Graupen statt dem Nacktgerstenreis. Statt der Waldviertler Wicklinsen kann man auch Bohnen oder andere Linsen nehmen. Und die Rauchwurz lässt sich wie immer durch Räuchertofu ersetzen. -wieder mal ein Rezept mit vielen Variationsmöglichkeiten!

Share this: