

Randen-Hirsotto à la Rita

Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 EL Oliven- oder Rapsöl*
- 1 Zwiebel gehackt
- 500 g Randen (roh)
- 240 g Hirse z.B. Cereali BIO von Girolomoni*
- 2 EL Balsamico-Essig*
- 6 dl Gemüsebouillon
- 1-1.5 dl Sura Chäsi Nidle**

Zwiebeln fein hacken und in Öl andünsten. Randen schälen und in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Zwiebeln und der Hirse andünsten.

Mit Balsamico-Essig und Bouillon ablöschen, Nidle dazu geben und 20 Minuten köcheln lassen.

Danach nach Belieben anrichten, z.B. mit frischem, fein geriebenem Meerrettich, Rucola und/oder karamellisierten Baumüssen (oder andere Nüsse* mit 1-2 EL Zucker* oder Vollrohrzucker* karamellisieren)

En Guete!

* im claro Weltladen Wädenswil erhältlich

** saisonal im claro Weltladen Wädenswil erhältlich

claro Weltladen Wädenswil

Gerbestrasse 7

8820 Wädenswil

Telefon: 044 780 40 88 // E-Mail: info@clarowaedi.ch

www.clarowaedi.ch