

# Zucchini mit Erbsen und Minze

## Zutaten:

600g junge, frische Erbsen

500g Zucchini

1 Bd. Basilikum

1Bd. frische Minze

Salz & Pfeffer

Butter

## Zubereitung

Die Erbsen ausspülen.

Die Zucchini waschen, in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben halbieren, wenn die Zucchini zu groß sind.

Basilikum und Minze waschen, trockenschütteln, fein hacken.

In etwas Butter die Zucchini anbraten bis sie leicht Farbe nehmen, Hitze reduzieren, Erbsen einrühren.

Die Zucchini sollen noch etwas Biss haben, dann mit Basilikum und Minze verrühren, salzen, pfeffern.

Sofort servieren!

Dazu passen Ofenkartoffeln oder Süßkartoffeln aus dem Backofen.

## Risotto mit frischen Erbsen

### Zutaten:

250g Risottoreis

600ml Gemüse- oder Hühnerbrühe

1 El Olivenöl

1 kleine Zwiebel oder Schalotte

80g Parmesan

Außerdem:

600g frische Erbsen

1 Zwiebel

½ Stange Staudensellerie

500ml Brühe

2 Stängel Petersilie

2 Stängel Thymian

2 Lorbeerblätter

1 Stängel Rosmarin

3 Salbeiblätter

... alles fein gehackt!

Salz & Pfeffer

Die Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Sellerie dazugeben. 3 - 4 Minuten unter Rühren anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind. Erbsen, Brühe und Kräuter hinzufügen, umrühren und bei geringer Hitze 15 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

Das Olivenöl in einem schweren Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig anschwitzen. Den Reis dazugeben. Erst wenn der Reis glasig und warm ist, die heiße Hühnerbrühe nach und nach dazugeben, dabei ständig rühren. Immer erst Brühe nachgießen, wenn der Reis die Flüssigkeit aufgesogen hat.

Kurz vor Ende der Garzeit die Erbsen mitsamt der Kochflüssigkeit zum Reis geben. Weiterrühren, bis das Risotto al dente ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eventuell noch etwas Brühe aufgießen, bis das Risotto sehr cremig ist. Das Risotto in tiefen Tellern anrichten und den Parmesan darüberhobeln.

Das Risotto kann in kleineren Portionen auch als Beilage zu Fisch oder Fleisch gereicht werden.

(Quelle: chefkoch.de)