

## **Graupenrisotto nach Ottolenghi und Tamimi**

Zutaten für ca. 4 Portionen:

200 g Perlgraupen  
30 g Butter  
4 El Olivenöl  
2 Stangen Sellerie – fein gewürfelt  
2 Schalotten – fein gewürfelt  
1 bis 2 Knoblauchzehe – fein geschnitten  
1 guten Tl Thymianblättchen  
½ Tl geräuchertes Paprikapulver  
1 Lorbeerblatt  
1 Tl feiner Zitronenabrieb  
400 g stückige Dosentomaten  
0,8 bis 1 l Gemüsebrühe  
1 El Kümmelsamen  
150-200 g Feta – in grobe Stücke gebrochen  
Handvoll Petersilie – grob geschnitten  
Salz, Zucker, Chilipulver

### **Zubereitung:**

1. Graupen unter fließendem kaltem Wasser gründlich abspülen und abtropfen lassen.
2. In einem Topf Butter mit 2 El Öl erhitzen und darin Sellerie, Schalotten und Knoblauch bei geringer Hitze ca. 5 Minuten anschwitzen.
3. Graupen, Thymian, Paprikapulver, Lorbeer, Zitronenschale, Tomaten, einen Großteil der Brühe sowie Salz dazugeben und die Zutaten gut verrühren.
4. Das Ganze zum Kochen bringen und etwa 45 Minuten bei sehr geringer Hitze köcheln lassen, bis die Graupen weich sind und die Flüssigkeit fast vollständig aufgesogen haben.  
Dabei regelmäßig umrühren, damit das Risotto nicht anbrennt.  
Falls nötig etwas Flüssigkeit zugeben.
5. In der Zwischenzeit den Kümmelsamen einige Minuten ohne Fett in einer Pfanne rösten und danach grob zerstoßen.  
Mit dem restlichen Öl zum Feta geben und Zutaten vorsichtig vermischen.
6. Fertiges Risotto – Petersilie zugeben, abschmecken und mit dem marinierten Feta servieren.