

Pohankové rizoto se zeleninou

Petr Havlíček

Ingredience:

- 400 g pohanky
- čerstvý libeček
- 1 cibule
- 250 g žampionů
- 1 paprika červená
- 1 paprika zelená
- 1 paprika žlutá
- 4 stroužky česneku
- řepkový olej
- sůl
- pepř
- zelenina na oblohu

Postup:

Pohanku propláchneme a vaříme ve vodě spolu s libečkem asi 10 minut. Ke konci osolíme. Na pánvi osmažíme cibulku, přidáme pokrájené žampiony, na proužky nakrájenou papriku a česnek. Podlijeme trochou vody a asi 10 minut dusíme. Podle chuti přidáme pepř a sůl. Uvařenou pohanku slijeme a přimícháme do zeleniny a můžeme podávat se zeleninovou oblohou.

