

Hirse-Mandel-Rösti mit Gemüse und Zitronendip



Zutaten:

für 2 Personen

- 50 g Hirse
- 100 ml Gemüsebrühe
- 1/2 kleinen Brokkoli
- 1/2 orange Paprika
- 1 Handvoll gehackte Mandeln
- 1 Ei
- 1 EL Mehl
- 1 EL saure Sahne
- Salz & Pfeffer aus der Mühle
- Chilipulver
- Arganöl zum ausbacken
- 2 EL Butter

Für den Dip:

- 1 Becher saure Sahne minus 1 EL
- 1 Bio- Zitrone
- 1 EL Arganöl
- 1 TL Ahornsirup
- Salz & Pfeffer aus der Mühle
- 3 EL ganze Mandeln mit Haut

Vorbereitung:

Die gehackten Mandeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten.

Anschließend die ganzen Mandeln grob hacken und ebenfalls anrösten.

Die gekochte Hirse sollte kalt sein, es empfiehlt sich, sie rechtzeitig nach Packungsanweisung zu kochen.

Brokkoli in kleine Röschen schneiden, Paprika in Streifen.

Zubereitung:

Die kalte Hirse mit den gehackten, gerösteten Mandeln, dem Ei, Mehl und dem Esslöffel saurer Sahne verkneten, mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Rösti nicht zu dick formen und in der Pfanne mit Arganöl bei mittlerer Hitze braten.

Die restliche saure Sahne mit etwas Zitronenabrieb und dem Saft der halben Zitrone mischen, mit Arganöl, Salz, Pfeffer und etwas Ahornsirup abschmecken.

Das Gemüse in der Pfanne mit Butter schwenken, Salz und Pfeffer sowie etwas Muskat dazu geben.

Auf Tellern anrichten.

Etwas zur Deko je nach Lust. Hier sind es 2 Kumquats - passt gut zum Dip.

Guten Appetit! 😊