

Buchweizen mit Champignons

Der Buchweizen mit Champignons ist ein wunderbares vegetarisches Gericht. Das Rezept als Beilage oder Hauptgericht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

400 g	Champignons
1 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauch
0.5 Bündel	Petersilie
350 g	Buchweizen
100 ml	Weißwein
1 l	Gemüsebrühe
	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Buchweizen mit Champignons die Zwiebel und Knoblauch schälen und fein zerhacken. Die Petersilie mit Wasser abspülen, trocken schütteln und fein zerhacken.

Champignons putzen und blättrig schneiden.

2. Den Buchweizen mit kaltem Wasser abspülen, danach abtropfen lassen.
3. Etwa 2 Esslöffel Olivenöl in einem Kochtopf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch glasig andünsten. Den Buchweizen dazu geben und unter Rühren kurz dünsten, mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Mit der Gemüsebrühe bedecken und offen bei wenig Hitze köcheln lassen bis die Flüssigkeit verkocht ist. Vorgang wiederholen und hin und wieder rühren, nach zirka 20 Minuten ist der Buchweizen gegart.
4. Kurz vor Garende die Champignons mit Olivenöl in einer Pfanne anbraten, salzen und pfeffern. Die Champignons zum Buchweizen mischen und mit Petersilie bestreuen.

Tipp

Den Buchweizen mit Champignons mit geriebenen Parmesan verfeinern.