

# Hirsotto

Risotto kennt jeder, aber kennst du schon Hirsotto? – Statt Reis, wird hier Hirse verwendet. Angereichert ist es mit Gemüse und Räuchertofu. Lecker, sättigend und sehr gesund!



## Zutaten:

200 g Hirse  
400 ml Wasser  
1 TL Gemüsebrühe  
250 g Champignons, in Scheiben geschnitten  
2 Möhren, in Scheiben geschnitten  
1 Zwiebel, in Ringe geschnitten  
2 Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten  
½ TL Currypulver  
Salz (ca. 1 TL) und Pfeffer nach Geschmack  
Kürbiskerne als Garnitur

1. Hirse in 400 ml Wasser zusammen mit der Gemüsebrühe aufkochen und bei mittlerer Hitze so lange köcheln lassen, bis das Wasser verdampft ist.

2. Pilze, Möhren, Zwiebeln und Frühlingszwiebeln mit ein wenig Wasser in eine beschichtete Pfanne geben und 15 Minuten köcheln lassen
3. Abschließend die gekochte Hirse mit Sojamilch und Räuchertofu zum Gemüse geben, alles auf Temperatur bringen, würzen und servieren. Auf jeden Teller ein paar Kürbiskerne streuen.

Ergibt 4 Portionen