

Kürbisrisotto

Hauptspeise

Gemüse

Herbst

Reisgerichte



ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ○ ○ ○

Kürbis in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch klein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln andünsten. Knoblauch, Kürbis und den Reis zugeben und kurz andünsten. Alles mit Weißwein ablöschen. Heiße Suppe zugeben, bis der Reis gerade so bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten köcheln lassen. Dabei regelmäßig Suppe nachgießen und rühren. Der Reis sollte immer mit Flüssigkeit bedeckt sein. Das Risotto mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit Parmesan und Walnüssen servieren.

ZUTATEN

300 g Kürbis z.B. Hokkaido

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehe

250 g Risotto Reis

2 EL Olivenöl

100 ml trockener
Weißwein

1 l Gemüsesuppe

Salz

Pfeffer

Muskat

5 EL geriebener Parmesan

Walnüsse