



Vegetarisches Tomaten-Risotto

mit Verjus und Pilzen



30-40min



3-4 Personen

Wenn das Leben dir unreife Trauben gibt, mach doch Verjus daraus! Der gepresste Saft gibt Gerichten wie Zitronensaft oder Essig eine saure Note, hat aber im Vergleich zu Essig doch ein süßeres, sanftes Aroma. Verjus wird eine beruhigende Wirkung auf Magen und Verdauung nachgesagt. In diesem Risotto kommt alles lecker-schmackhaft mit saftigen Kirschtomaten, Selleriewürfeln und Pilzen zusammen.

Was du von uns bekommst

- 2 Stangen Sellerie ⁹
- Frische Petersilie
- 1 Packung weiße Champignons
- 2 Schalotten
- 1 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 1 Packung Verjus
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Kirschtomaten
- 3 Päckchen Risotto Reis
- 3 Stück italienischer Hartkäse ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 650kcal, Fett 19.1g, Kohlenhydrate 97.4g, Eiweiß 19.3g



1. Pilze schneiden

Die **Pilze** mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste von evtl. Schmutz befreien und je nach Größe vierteln oder achtern. Den **Stangensellerie** längs halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Schalotten** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



2. Brühe ansetzen

Den **Brühwürfel** in 1,2L heißem Wasser aus dem Wasserkocher auflösen.



3. Pilze braten

Nun in einer großen Pfanne 1-2EL Olivenöl mittelhoch erhitzen und **geschnittene Pilze** ca. 3-4Min. anbraten. Dann **Sellerie**, **Schalotten** und **Knoblauch** hinzufügen und für ca. 1-2Min. mitanschwitzen.



4. Risotto kochen

Dann den **Risottoreis** hinzufügen und alles mit dem **Verjus** ablöschen. Nach und nach die **Brühe** dazu gießen, dabei regelmäßig rühren. Mit Salz abschmecken, die Hitze runterstellen und den **Reis** unter gelegentlichem Rühren für ca. 18-20Min. köcheln lassen, bis er gar ist. Ggfs. mehr Wasser hinzufügen, falls der Reis noch nicht gar ist.



5. Käse reiben

Inzwischen den **Käse** fein reiben, die **Petersilie** fein hacken. Die **Kirschtomaten** halbieren.



6. Risotto fertigstellen

Sobald der **Reis** bissfest ist, die **Tomaten**, **Käse** und **Petersilie** unter das **Risotto** mischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.