

Steinpilz-Risotto

mit Salat und Kürbiskernöl



40-50min



3-4 Personen

Wer kann bei Risotto schon widerstehen? Noch viel weniger, wenn wir den italienischen Klassiker mit gemischten Pilzen kochen und mit viel Parmesan so richtig cremig rühren. Dazu gibt es Salat, verfeinert mit nussigem Kürbiskernöl. Du wirst begeistert sein!

Was du von uns bekommst

- 7
- 9

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Pfanne
- Kochtopf
- 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 675kcal, Fett 23.6g, Kohlenhydrate 96.1g, Eiweiß 16.4g



1. Pilze vorbereiten

1.2l Wasser zum Kochen bringen und die getrockneten **Pilze** damit übergießen. Frische Pilze mit einer Pilzbürste oder Küchenkrepp von evtl. Dreck befreien und in mundgerechte Stücke schneiden.



2. Zutaten vorbereiten

Zwiebel schälen und fein hacken. **Sellerie** in feine Scheiben schneiden. **Parmesan** reiben. Blätter des **Estragon** fein hacken. **Zitrone** waschen, Schale abreiben und Saft auspressen.



3. Risotto kochen

Topf oder große Pfanne mit 2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Zwiebel** und **Sellerie** glasig und weich dünsten. Reis ca. 1Min. mitdünsten. Eingeweichte Pilze und ca. 1/3 der Einweichflüssigkeit sowie 1TL **Zitronenschale** zugeben, unter Rühren verkochen lassen.



4. Pilze anbraten

Inzwischen eine große Pfanne mit 2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. Die frischen **Pilze** ca. 5Min. goldbraun anbraten, bis evtl. entstandene Flüssigkeit verdampft ist. Dabei lieber in 2 Schritten braten, sodass die Pilze genug Röstaromen entwickeln können.



5. Risotto fertigstellen

Dem **Risotto** nach und nach etwas Pilz-Einweichwasser zugießen und unter Rühren bissfest köcheln lassen, dies dauert ca. 15-20Min. Evtl. etwas Wasser nachgießen. Zum Schluss angebratene **Pilze**, **Estragon**, **Butter**, Hälfte des **Käses**, 1EL **Zitronensaft** unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Salat mischen

Inzwischen Salat in mundgerechte Stücke schneiden. **Kürbiskernöl**, 1EL **Zitronensaft**, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. **Salat** damit vermengen. Risotto anrichten, restlichen **Parmesan** darüber streuen. Mit Salat servieren.