



Pilzrisotto mit Spinatpesto

und frischen Kirschtomaten



30-40min



2 Personen

Wir finden, dass der Ruf, Risotto sei zeitaufwendig und launisch, ganz unverdient ist. Ein gutes Risotto braucht zwar etwas Aufmerksamkeit, damit nichts anbrennt, aber das Ergebnis wird dich dafür umso mehr begeistern! Probiere es aus mit dieser leckeren veganen Variante mit fruchtigen Kirschtomaten, gebratenen Champignons und einem feinen Spinat-Walnuss-Pesto. So schmeckt bestes italienisches Comfortfood!

- 250g Champignons
- 250g Kirschtomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz

- 200g Risottoreis
- 10g Basilikum
- 100g Babyspinat
- 25g Walnusskerne ¹⁵

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher

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

Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 761kcal, Fett 34.8g,
Kohlenhydrate 96.4g, Eiweiß 15.9g



1. Gemüse schneiden

Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Das **Brühgewürz** in 1L heißem Wasser auflösen.



2. Risotto kochen

Den **Reis** und die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten. Dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht anbrennt und die **Brühe** gleichmäßig aufsaugt. Den Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** sämig, aber noch bissfest ist. Mit Salz abschmecken.



3. Pesto zubereiten

Das **Basilikum samt Stängeln** grob schneiden. **1 Handvoll Spinat** beiseitelegen, den **restlichen Spinat** mit dem **Basilikum**, den **Walnüssen**, 2EL Olivenöl und 2TL Essig in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einem glatten **Pesto** pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Pilze braten

Die **Pilze** in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 5-8Min. anbraten, bis sie Flüssigkeit abgeben. Die letzten 1-2Min. den **Knoblauch** dazugeben und mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



5. Risotto fertigstellen

Das **Pesto** unter das **Risotto** mischen, dann die **Kirschtomaten** und die **Pilze** unterheben. **Tipp:** Wer mag, kann das **Risotto** noch mit etwas veganer Margarine verfeinern.



6. Salat zubereiten

Den **beiseitegelegten Spinat** mit 2TL Olivenöl, 1TL Essig und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen und als **Salat** mit dem **Risotto** servieren.