



Garnelen-Zucchini-Risotto

mit Zitrone und Petersilie



30-40min



3-4 Personen

Ein cremiges Risotto passt einfach zu jeder Jahreszeit. Diese sommerlich leichte Variante verwöhnt uns mit in Olivenöl angebratenen Garnelen, die mit frischem Zitronensaft verfeinert werden. Geraspelte Zucchini und aromatische Petersilie ergänzen die harmonische Kombination. Buon appetito!

- 1 Zwiebel
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 400g Risottoreis
- 3 Zucchini
- 1 unbehandelte Zitrone
- 10g Petersilie
- 3 Stücke italienischer Hartkäse ¹
- 2 Packungen Garnelen,
aufgetaut ²

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Milch (1), Krebstiere (2). Kann Spuren
von anderen Allergenen enthalten.

Energie 641kcal, Fett 21.1g,
Kohlenhydrate 86.6g, Eiweiß 28.1g



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anschwitzen, dann den **Reis** hinzugeben und 1-2Min. mitbraten. Nach und nach mit der **heißen Brühe** ablöschen und rühren, bis der **Reis** sämig ist, aber noch etwas Biss hat – das dauert 18-20Min.



Zwischendurch die **Zucchini** mit einer Küchenreibe grob raspeln und 6-7Min. vor Ende der Kochzeit zum **Risotto** hinzugeben und mitgaren.



Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** in **Spalten** schneiden. Den **Petersilie samt Stängeln** fein schneiden. Den **Käse** fein reiben.



Die **Garnelen** in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen, dann trocken tupfen und in einer zweiten Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten, bis sich die **Garnelen** rosa verfärben und außen knusprig werden. Mit Pfeffer und etwas **Zitronensaft aus den Spalten** abschmecken.



Den **Käse** mit der **Zitronenschale** unter das **Risotto** mischen, nach Wunsch mit Salz und Pfeffer abschmecken und das **Risotto** mit den **Garnelen**, der **Petersilie** und den **restlichen Zitronenspalten** anrichten und servieren.