



Brokkoli-Risotto mit Hähnchen

und Cashew-Basilikum-Pesto



30-40min



3-4 Personen

Ein cremiges Risotto ist gar nicht schwer in der Zubereitung und einfach immer wieder köstlich! Erst recht, wenn es wie hier mit zartem Hähnchenfleisch, feinen Brokkoliröschen und einem selbst gemachten Pesto aus frischem Basilikum und knackigen Cashews daherkommt. Lasst es euch schmecken!

- 2 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 2 große Brokkoli
- 1 Zwiebel
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 400g Risottoreis
- 2 Packungen
Hähnchenbrustfilet
- 20g Basilikum
- 50g Cashewkerne, geröstet &
gesalzen ^{5,15}

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- mittelgroße, ofenfeste Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 877kcal, Fett 35.3g,
Kohlenhydrate 90.5g, Eiweiß 45.8g



Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 220°C vorheizen. Das **Brühgewürz** in 1,7L heißem Wasser auflösen.



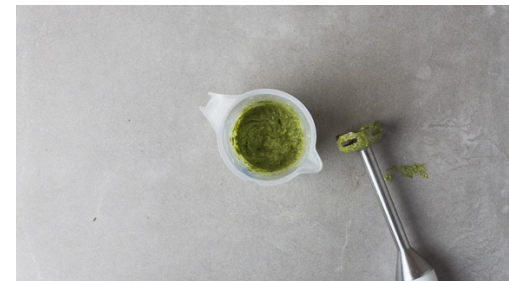
Den **Brokkoli** in kleine Röschen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Käse** fein reiben.



Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anschwitzen. Den **Reis** dazugeben und 1-2Min. anrösten, dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht anbrennt. Diesen Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



Den **Brokkoli** in einer ofenfesten Pfanne mit 100ml Wasser bei mittlerer Hitze abgedeckt 3-4Min. dünsten. Herausnehmen und warm halten. Das **Fleisch** trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in derselben Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun anbraten. Im Ofen 8-10Min. grillen, bis das **Fleisch** gar ist. Zwischendurch einmal wenden.



Das **Basilikum** samt **Stängeln** grob schneiden. Die **Cashewkerne** grob hacken. Das **Basilikum**, die **Cashews** und die **½ des Käses** mit 2EL Olivenöl und 2-3EL Wasser in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einem **Pesto** pürieren und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.



Den **restlichen Käse** unter das **Risotto** rühren und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** schräg in Tranchen schneiden und mit dem **Brokkoli** auf dem **Risotto** anrichten. Mit dem **Pesto** garnieren und servieren.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    #marleyspooning