



Pilzrisotto mit Walnüssen und Käse

dazu karamellisierte Chicorée



30-40min



4 Portionen

Der Chicorée verdankt seine elegante weiß-gelbe Farbe der Tatsache, dass er im Dunkeln wächst. Denn selbst der kleinste Lichtschimmer verleiht dem Gemüse einen grünen Teint. Heute veredelt das sonnenscheue Gemüse unser winterliches Pilzrisotto – es wird in einem süß-säuerlichen Würzöl angebraten, das auf köstliche Weise den leicht bitteren Geschmack des Chicorées komplementiert.

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 5g Thymian
- 400g Risottoreis
- 400g Austernpilze & braune Champignons
- 2 Chicorée
- 50g Walnusskerne⁴
- 3 Stückchen Hartkäse^{1,2}

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig³

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe

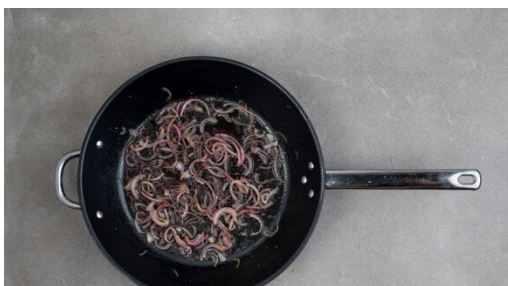
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (1), Milch (2), Schwefeldioxid und Sulphite (3), Schalenfrüchte (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

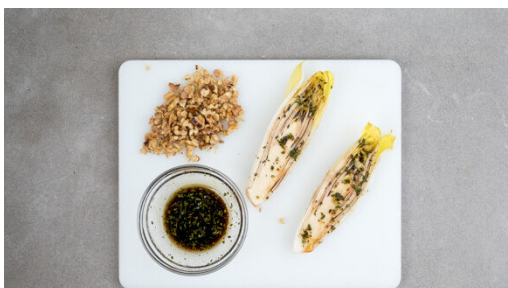
Nährwertangaben pro Portion

Energie 707kcal, Fett 28.5g, Kohlenhydrate 96.9g, Eiweiß 18.0g



1. Zwiebeln braten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anbraten. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



4. Chicorée vorbereiten

Die **½ des Thymians** mit 2EL Olivenöl, 1-2EL Balsamicoessig, 1TL Honig oder Zucker sowie je ½TL Salz und Pfeffer verrühren. Den **Chicorée** längs halbieren und die Schnittflächen mit dem **Würzöl** bestreichen. Die **Walnüsse** grob hacken und in einer zweiten großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten. Auf einem Teller beiseitestellen.



2. Risotto ansetzen

Die **Thymianblättchen** abstreifen und ggf. fein schneiden. Den **Reis** und den **Knoblauch** zu den **Zwiebeln** in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitbraten. Dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht ansetzt. Wenn der **Reis** die **Brühe** aufgenommen hat, den Vorgang noch einmal wiederholen.



5. Chicorée braten

Den **Chicorée** in der Pfanne bei mittlerer Hitze auf den Schnittflächen insgesamt 6-7Min. anbraten, dabei zwischendurch 2-3EL Wasser hinzugeben und die Hitze ggf. reduzieren. **Tipp:** Wer den **Chicorée** weicher mag, gart ihn 1-2Min. länger.



3. Risotto fertigstellen

Nebenher die **Pilze** ggf. säubern. Die **Austernpilze** in dünne Streifen zupfen, die **Champignons** in dünne Scheiben schneiden. Die **Pilze** in das **Risotto** rühren, dann weiter portionsweise **Brühe** angießen und unter Rühren verköcheln lassen, bis der **Reis** gar ist. Nach 18-20Min. sollte das **Risotto** fertig sein.



6. Risotto verfeinern

Den **Käse** fein reiben und in das **Risotto** rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. **Tipp:** Wer mag, kann das **Risotto** noch mit 1EL Butter verfeinern. Das **Risotto** auf Teller verteilen, den **Chicorée** darauf anrichten und nach Belieben mit dem **übrigen Würzöl**, dem **restlichen Thymian** und den **Walnüssen** garnieren und servieren.