



Special <650kcal: Garnelen-Rosmarin-Risotto

mit Kirschtomaten und Käse



30-40min



2 Personen

Ein Hochgenuss für Liebhaber eines aromatisch-cremigen Risottos! Mit fruchtigen Kirschtomaten, saftigen Garnelen und frischem Rosmarin ist dein heutiges Abendessen optisch und geschmacklich ein echter Knaller. Sehr fein!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 250g Kirschtomaten
- 5g Rosmarin
- 1 Stück italienischer Hartkäse ⁷
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 200g Risottoreis
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut ²
- 50g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Allergene

Krebstiere (2), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 648kcal, Fett 19.1g, Kohlenhydrate 92.0g, Eiweiß 26.6g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Rosmarinnadeln** abzupfen und fein hacken.



4. Risotto kochen

Die Hitze reduzieren und nach und nach etwas **Brühe** unter Rühren zum **Reis** hinzufügen und köcheln lassen, bis der **Reis** die **Brühe** aufgesogen hat. Diesen Vorgang 18-22Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** gar ist. Zum Schluss den **Käse** unter das **Risotto** mischen.



2. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben. Das **Brühgewürz** in 1L heißem Wasser auflösen.



5. Garnelen braten

Zum Ende der Kochzeit des **Risottos** die **Garnelen** mit dem **Knoblauch** und dem **gehackten Rosmarin** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl 2-3Min. bei starker Hitze scharf anbraten und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. **Tipp:** Die **Garnelen** nicht zu lange garen, damit sie nicht trocken werden.



3. Reis anrösten

Die **Zwiebeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei niedriger bis mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anbraten, dann den **Reis** hinzufügen und ca. 1Min. anrösten.



6. Risotto fertigstellen

Vor dem Servieren den **Rucola** unter das **Risotto** mischen oder darauf verteilen. Das **Risotto** mit den **Garnelen** und den **Kirschtomaten** garnieren und servieren.