



Rote-Bete-Risotto mit Dill

dazu Ziegenfrischkäse und Rucola



30-40min



3-4 Personen

Die Rote Bete gibt diesem cremigen Risotto die knallige Farbe. Dabei kann das prächtige Rübgemüse aber noch viel mehr - mit vielen Vitaminen und Mineralstoffen kurbelt es nämlich auch kräftig das Immunsystem an. Milder Ziegenfrischkäse und frischer Rucola sorgen für extraviel Geschmack und peppen das Ganze optisch noch auf.

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Rote Bete, vorgegart
- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 20g frischer Dill
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 1 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 400g Risottoreis
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Ziegenfrischkäse ⁷
- 1 Packung Rucola

Was du zu Hause benötigst

- 1-2EL Butter ⁷
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Eier (3), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 619.0kcal, Fett 16.5g, Eiweiß 17.7g, Kohlenhydrate 94.1g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Rote Bete** abtropfen lassen, die **1/2 in grobe Stücke** schneiden, die **restliche Rote Bete** fein reiben. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und ebenfalls fein würfeln. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen, die **1/2 der Dillspitzen** fein schneiden. Den **Käse** fein reiben.



2. Zwiebeln anschwitzen

Den **Brühwürfel** in einem mittelgroßen Topf mit 1,5L Wasser aufkochen. Die **Brühe** auf niedrigster Stufe warm halten. In einer großen Pfanne 1-2EL Butter bei mittlerer Hitze schmelzen, dann 1EL Olivenöl unterrühren. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** hinzugeben, mit 1 Prise Salz bestreuen und 3-4Min. glasig anschwitzen.



3. Risotto ansetzen

Den **Reis** in die Pfanne geben und 1-2Min. anrösten. Nach und nach etwas **Brühe** unter Rühren zum **Reis** hinzufügen und köcheln lassen, bis der **Reis** die **Brühe** aufgesogen hat. Diesen Vorgang 12-15Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** fast aufgebraucht, aber der **Reis** noch nicht ganz gar ist.



4. Rote Bete zugeben

Die **Rote Bete** dazugeben und alles gut verrühren. Nun die **restliche Brühe** dazugeben und den **Reis** in 3-5Min. fertig garen.



5. Käse unterrühren

Ca. **3/4 des Käses** unterrühren und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Risotto fertigstellen

Den **geschnittenen Dill** unterrühren und das **Risotto** auf Teller verteilen. Die **Zitrone** halbieren und in Spalten schneiden. Das **Risotto** mit dem **Ziegenfrischkäse** und dem **Rucola** belegen und mit den **restlichen Dillspitzen** und dem **restlichen Käse** garnieren. Nach Geschmack mit etwas Olivenöl beträufeln und mit den **Zitronenspalten** servieren.