



Pastinaken-Risotto mit Räucherlachs

mit Lauchzwiebel und Limette



30-40min



3-4 Personen

Die Pastinake ist ein besonders schmackhafter Vertreter aus der Familie der Wurzelgemüse und wird in diesem leckeren Rezept gerieben mit dem Risotto gegart, wodurch sich der typische süßliche Geschmack wunderbar entfalten kann. Serviert mit bestem Räucherlachs und einem Spritzer Limette ein Risotto der Luxusklasse!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 400g Risottoreis
- 2 Pastinaken
- 1 Päckchen „Schutzengel“-Gewürzmischung ¹⁰
- 2 Packungen Räucherlachsspitzen ⁴
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}

Was du zu Hause benötigst

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

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- großer Kochtopf
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

Allergene

Eier (3), Fisch (4), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 786.0kcal, Fett 28.0g, Eiweiß 36.7g, Kohlenhydrate 94.3g



1. Zwiebeln schneiden

Den Backofen auf 150°C Umluft (170°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Limettenschale** abreiben und die **Limetten** halbieren, **zwei Hälften** auspressen, die **anderen Hälften** in Spalten schneiden. Das **Brühgewürz** in 2L heißem Wasser auflösen.



4. Pastinake mitgaren

Zwischendurch die **Pastinaken** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Ca. 12Min. vor Ende der Kochzeit die **Pastinakenraspel** und **1EL Gewürzmischung** unter das **Risotto** rühren und mitgaren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Reis anrösten

Die **Zwiebeln** und den **Reis** in einem großen Topf mit 2-3EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anschwitzen.



5. Lachs zerzupfen

Den **Räucherlachs** in mundgerechte Stücke zupfen und in eine Auflaufform geben. Mit ein paar Tropfen Wasser besprenkeln und im Ofen 3-5Min. erwärmen. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



3. Risotto ansetzen

Mit **300ml Brühe** ablöschen und unter Rühren verkochen lassen. **Tipp:** Wer mag, kann auch Weißwein verwenden. Immer wieder **Brühe** nachgießen und unter Rühren verkochen lassen, bis die **Brühe** aufgebraucht und das **Risotto** cremig, aber noch leicht bissfest ist. Das dauert insgesamt ca. 20Min.



6. Risotto verfeinern

Den **Käse** reiben und unter das **Risotto** rühren. Das **Risotto** nach Geschmack mit dem **Limettensaft** und **-abrieb** sowie 1-2TL Butter und ggf. mehr **Gewürzmischung** verfeinern. Mit dem **Räucherlachs** und den **Lauchzwiebeln** anrichten und mit den **Limettenspalten** servieren.