



Sanftes Safranrisotto mit Mandeln

dazu geröstete Karotten



30-40min



2 Portionen

Das Safranrisotto ist wohl der Klassiker unter den Risottos. Zu Recht, finden wir – schließlich entsteht aus wenigen Zutaten wie durch ein Wunder ein total cremiges, sättigendes Reisgericht, das absolutes Soulfood-Potenzial hat. Wir peppen unser Risotto heute mit ein paar knackig gerösteten Mandeln und leckeren Ofenkarotten auf. Und beim ersten Happen sind wir gedanklich schon in Italien ...

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Pck. Safran
- 1 Knoblauchzehe
- 200g Risottoreis
- 2 Karotten
- 1 lila Karotte
- 25g Mandelblättchen³
- 2 Stückchen Hartkäse^{1,2}

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Butter²
- 1EL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleine Pfanne
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher

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

Kochtipps

Wer möchte, kann das Wasser für die Gemüsebrühe im Wasserkocher aufkochen.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 767kcal, Fett 31.6g, Kohlenhydrate 98.5g, Eiweiß 18.1g

1

1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 230°C Umluft vorheizen. Das **Brühgewürz** in 750ml heißes Wasser einrühren. Den **Safran** mit der Rückseite eines Löffels sanft zerdrücken und mit 1EL heißem Wasser verrühren. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.

2

2. Risotto ansetzen

Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei niedriger bis mittlerer Hitze ca. 1Min. anbraten, er sollte nicht bräunen. Den **Reis** zugeben und ca. 1Min. mitbraten. Die **Safran-Wasser-Mischung** und 1TL Essig zufügen, alles verrühren und ca. 1 weitere Min. braten.

3

3. Risotto kochen

Ein wenig **Gemüsebrühe** angießen, sodass der **Reis** knapp bedeckt ist. Unterrühren und köcheln lassen, bis der **Reis** die **Brühe** aufgesogen hat. Diesen Vorgang 18-20Min. lang regelmäßig wiederholen, bis der **Reis** gar ist. **Tipp:** Möglicherweise wird nicht die gesamte **Brühe** benötigt.

4

4. Karotten & Mandeln rösten

In der Zwischenzeit die **Karotten** ggf. schälen und in kurze Stifte schneiden, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Honig und 1EL Olivenöl vermengen und im Ofen in 8-10Min. goldbraun backen. Die **Mandelblättchen** in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten. **Vorsicht**, sie können leicht verbrennen! Den **Käse** reiben.

5

5. Verfeinern und servieren

¾ des Käses und 1TL Butter in das **Risotto** rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Risotto** mit den **Mandelblättchen** und dem **restlichen Käse** bestreuen und mit den **Karotten** servieren.

6

6. Auf Geschmack ged(r)illt

Mit dem herb-frischen Kraut Dill sind die meisten von euch bestimmt vertraut: Sein einzigartiger Geschmack passt besonders gut zu Fisch, Gurkensalat und Kartoffeln. Doch auch mit cremigen Risottos wie diesem hier harmonieren die grünen Stängel ganz fantastisch. Wir laden daher alle herzlich ein, ihr Risotto mit ein paar Dillspitzen zu garnieren und den Geschmack zu bestaunen.