



## Safran-Dill-Risotto mit Mandeln

mit gegrillten Karotten und Bröseltopping

30-40min 2 Portionen

Safran verleiht deinem cremigen Risotto nicht nur seine schicke Farbe, sondern kann auch einiges im Topf und auf der Zunge! In mühsamer Handarbeit geerntet, haben die kleinen Fäden ihren Preis, aber hin und wieder gönnen wir uns das schon. Das Ergebnis mit gegrillten Karotten und Käse-Panko-Kräuter-Krumen kann sich sehen lassen und ist köstlich!

## Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Pck. Safran
- 1 Zwiebel
- 10g Dill
- 200g Risottoreis
- 2 lila Karotten
- 1 Karotte
- 25g Mandelblättchen <sup>3</sup>
- 50g Panko-Paniermehl <sup>1</sup>
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt <sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 1TL Honig
- 1TL Butter <sup>2</sup>
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

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

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

## Allergene

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

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 852kcal, Fett 36.9g, Kohlenhydrate 106.8g, Eiweiß 19.6g



### 1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Das **Brühgewürz** in 750ml heißem Wasser auflösen. Den **Safran** mit der Rückseite eines Löffels sanft zerdrücken und mit ca. 2TL heißem Wasser verrühren. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen.



### 4. Karotten rösten

Nebenher die **Karotten** ggf. schälen, in 1-2cm breite, schräge Scheiben schneiden und mit 1TL Honig sowie 2TL Olivenöl vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 8-10Min. im Ofen unter dem Grill rösten bzw. backen.



### 2. Risotto ansetzen

Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. glasig anschwitzen. Den **Reis** hinzufügen und ca. 1Min. leicht anrösten, dann mit dem **Safranwasser** und 1TL hellem Essig ablöschen und den **Reis** weitere 1-2Min. braten.



### 5. Mandeln anrösten

Die **Mandeln** und die **½ des Panko-Paniermehls** in einer kleinen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis niedriger Hitze ca. 2Min. anrösten. **Vorsicht**, die **Mandeln** können schnell zu dunkel werden. Den **Käse** fein hacken.



### 3. Risotto kochen

Den **Reis** in der Pfanne nach und nach mit etwas **Brühe** begießen. Kontinuierlich rühren, bis der **Reis** die Flüssigkeit aufgenommen hat, erst dann wieder **Brühe** nachgießen. Den Vorgang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** gar ist, das dauert 18-20Min.



### 6. Risotto verfeinern

Ca. **¾ des Käses** und 1TL Butter in das **Risotto** rühren und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer sowie nach Wunsch etwas Essig abschmecken. Den **restlichen Käse** und den **Dill** kurz vor dem Servieren unter die **Mandel-Panko-Mischung** rühren. Das **Risotto** mit den **gegrillten Karotten** und dem **Mandel-Panko-Topping** garnieren und servieren.