



Brokkoli-Risotto mit Hähnchen

und Cashew-Basilikum-Pesto



30-40min



2 Personen

Ein cremiges Risotto ist gar nicht schwer in der Zubereitung und einfach immer wieder köstlich! Erst recht, wenn es wie hier mit zartem Hähnchenfleisch, feinen Brokkoliröschen und einem selbst gemachten Pesto aus frischem Basilikum und knackigen Cashews daherkommt. Lasst es euch schmecken!

- 1 Päckchen Hühnerbrühgewürz
- 1 Brokkoli
- 1 Zwiebel
- 1 Stück italienischer Hartkäse ⁷
- 200g Risottoreis
- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 20g frisches Basilikum
- 1 Päckchen Cashewkerne ¹⁵

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen mit Grillfunktion
- mittelgroße, ofenfeste Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe

Kochtipp

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 913kcal, Fett 38.1g,
Kohlenhydrate 102.0g, Eiweiß 44.1g



1. Brühe vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion auf 220°C vorheizen. Das **Brühgewürz** in 800ml heißem Wasser auflösen.



2. Gemüse schneiden

Den **Brokkoli** in kleine Röschen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Käse** fein reiben.



3. Risotto ansetzen

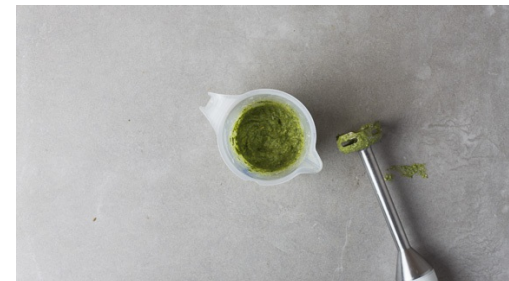
Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anschwitzen. Den **Reis** dazugeben und 1-2Min. anrösten, dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht anbrennt. Diesen Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



4. Fleisch garen

Den **Brokkoli** in einer ofenfesten Pfanne mit 100ml Wasser und 1EL Öl bei mittlerer Hitze abgedeckt 3-4Min. dünsten. Herausnehmen und warm halten. Das **Fleisch** trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in derselben Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun anbraten. Im Ofen 8-10Min. grillen, bis das **Fleisch** gar ist. Zwischendurch einmal wenden.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



5. Pesto zubereiten

Die **Basilikumblätter** von den Stängeln
zupfen. Die **Cashewkerne** grob hacken. Das
Basilikum, die **Cashews** und die **1/2 des**
Käses mit 2-3EL Olivenöl und 2-3EL Wasser
in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer
zu einem **Pesto** pürieren und mit etwas Salz
und Pfeffer abschmecken.



6. Anrichten und servieren

Den **restlichen Käse** unter das **Risotto** rühren und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Fleisch** schräg in Tranchen schneiden und mit dem **Brokkoli** auf dem **Risotto** anrichten. Mit dem **Pesto** garnieren und servieren.