



Pastinaken-Risotto mit Räucherlachs

mit Lauchzwiebel und Limette



30-40min



2 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

- 1 Zwiebel
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 200g Risottoreis
- 1 Pastinake
- 1 Packung Räucherlachsschnetzel⁴
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Stückchen Hartkäse^{3,7}

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Butter⁷
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- mittelgroßer Topf
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 783kcal, Fett 27.6g, Kohlenhydrate 99.5g, Eiweiß 33.6g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 150°C Umluft (170°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Das **Brühgewürz** in 1L heißem Wasser auflösen.



4. Pastinake mitgaren

Nebenher die **Pastinake** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Ca. 12Min. vor Ende der Kochzeit die **Pastinakenraspel** unter das **Risotto** rühren und mitgaren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Reis anrösten

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



5. Lachs erwärmen

Den **Räucherlachs** in eine Auflaufform geben, mit ein paar Tropfen Wasser besprengen und im Ofen 3-5Min. erwärmen. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



3. Risotto ansetzen

Den **Reis** mit **150ml Brühe** ablöschen und die Flüssigkeit unter Rühren verkochen lassen. **Tipp:** Wer mag, kann an dieser Stelle 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 1TL Butter und verfeinern. Mit dem **Räucherlachs** und den **Lauchzwiebeln** anrichten und mit den **Limettenspalten** servieren.