



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
- 2 Packungen Räucherlachsschnetzel⁴
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Stückchen Hartkäse^{3,7}

Was du zu Hause benötigst

- 2TL Butter⁷
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen und Auflaufform
- großer 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 773kcal, Fett 27.5g, Kohlenhydrate 96.7g, Eiweiß 33.3g



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 **übrigen Hälften** in Spalten schneiden. Das **Brühgewürz** in 2L heißem Wasser auflösen.



4. Pastinaken mitgaren

Nebenher die **Pastinaken** 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 großen Topf mit 2-3EL 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 besprühen und im Ofen 3-5Min. erwärmen. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



3. Risotto ansetzen

Den **Reis** mit **300ml 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 2TL Butter und verfeinern. Mit dem **Räucherlachs** und den **Lauchzwiebeln** anrichten und mit den **Limettenspalten** servieren.