



Champignon-Steinpilz-Risotto

mit Salat von dreierlei Bete



30-40min



2 Personen

Wir sind riesige Risottofans! Heute geben wir dem lecker-cremigen Reisgericht durch frische Champignons und getrocknete Steinpilze ein herrlich rustikales Aroma. Dazu servierst du einen würzig-knackigen Salat aus dreierlei Bete – der ist nicht nur reich an Vitaminen und Nährstoffen, sondern auch so richtig schön sonnig bunt, das Auge isst schließlich mit! Mmmh, wir freuen uns schon, endlich loszulöffeln ...

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Champignons
- 200g Risottoreis
- 10g frische Petersilie
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}
- 1 Päckchen Steinpilzpulver
- 1 Rote Bete
- 1 gelbe Bete
- 1 Chioggia-Bete
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Butter ⁷

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- Wasserkocher
- Küchenreibe
- Sparschäler

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 654kcal, Fett 13.8g, Kohlenhydrate 110.8g, Eiweiß 19.3g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen, die Blätter und die Stängel separat fein hacken. Das **Brühgewürz** in 800ml heißem Wasser auflösen.



2. Pilze braten

Die **Pilze**, die **Zwiebeln**, den **Knoblauch** und die **Petersilienstängel** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze ca. 5Min. goldbraun anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Risotto kochen

Den **Reis** und das **Steinpilzpulver** zum Gemüse in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitrösten, dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und stetig rühren, damit der **Reis** nicht ansetzt. Diesen Vorgang 18-20Min. lang wiederholen, bis die Brühe aufgebraucht und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



4. Salat zubereiten

Inzwischen die **Beten** schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Mit 2EL Essig, 1TL Zucker und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer gut vermengen. **Tipp:** Dabei am besten Küchenhandschuhe und Schürze tragen.



5. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben.



6. Risotto verfeinern

Den **Käse** und 1TL Butter in das **Risotto** rühren. Das **Risotto** mit dem **Bete-Salat** anrichten, nach Belieben mit der **restlichen Petersilie** garnieren und servieren.