



## Pilzrisotto mit Walnüssen und Käse

dazu karamellisierte Chicorée



30-40min



3-4 Personen

Der Chicorée verdankt seine elegante weiß-gelbe Farbe der Tatsache, dass er im Dunkeln wächst. Denn selbst der kleinste Lichtschimmer verleiht dem Gemüse einen grünen Teint. Heute veredelt das sonnenscheue, zur Feier des Tages in Balsamicoessig glasierte Gemüse unser herbstlich-feines Pilzrisotto – der Balsamico kaschiert auf köstliche Weise den leicht bitteren Geschmack des Chicorées.



- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Päckchen  
Gemüsebrühgewürz
- 5g Thymian
- 400g Risottoreis
- 1 Packung Austernpilze &  
braune Champignons
- 2 Packungen Chicorée
- 2 Päckchen Walnusskerne <sup>15</sup>
- 3 Stückchen Hartkäse <sup>3,7</sup>

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Honig oder Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig <sup>17</sup>

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenreibe
- Küchenpinsel

## Allergene

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 661kcal, Fett 23.5g,  
Kohlenhydrate 96.6g, Eiweiß 18.0g



## 1. Zwiebeln braten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. glasig anbraten. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



## 2. Risotto ansetzen

Die **Thymianblättchen** abstreifen und ggf. fein schneiden. Den **Reis** und den **Knoblauch** zu den **Zwiebeln** in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitbraten. Dann mit einer Kelle etwas **Brühe** hinzugeben und stetig rühren, damit der **Reis** nicht ansetzt. Wenn der **Reis** die **Brühe** aufgenommen hat, den Vorgang noch einmal wiederholen.



### 3. Risotto fertigstellen

Nebenher die **Pilze** ggf. säubern. Die **Austernpilze** in dünne Streifen zupfen, die **Champignons** in dünne Scheiben schneiden. Die **Pilze** in das **Risotto** rühren, dann weiter portionsweise **Brühe** angießen und unter Rühren verköcheln lassen, bis der **Reis** gar ist. Nach 18-20Min. sollte das **Risotto** fertig sein.



#### 4. Chicorée vorbereiten

1-2EL Olivenöl mit 1-2EL Balsamicoessig,  
1TL Honig oder Zucker, der **1/2 des**  
**Thymians** sowie je 1/2TL Salz und Pfeffer  
verrühren. Den **Chicorée** längs halbieren  
und die Schnittflächen mit dem **Würzöl**  
bestreichen. Die **Walnüsse** grob hacken und  
in einer zweiten Pfanne ohne Zugabe von  
Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun  
anrösten. Auf einem Teller beiseitestellen.



## 5. Chicorée braten

Den **Chicorée** in der Pfanne bei mittlerer Hitze auf den Schnittflächen insgesamt 6-7Min. anbraten, dabei zwischendurch 2-3EL Wasser hinzugeben und die Hitze ggf. reduzieren. **Tip:** Wer den **Chicorée** weicher mag, gart ihn 1-2Min. länger.



## 6. Risotto verfeinern

Den **Käse** fein reiben und in das **Risotto** rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
**Tipp:** Wer mag, kann das **Risotto** noch mit 1EL Butter verfeinern. Das **Risotto** mit dem **Chicorée** anrichten, nach Belieben mit dem **übrigen Würzöl**, dem **restlichen Thymian** und den **Walnüssen** garnieren und servieren.