MARLEY SPOON



Cremiges Fenchelrisotto

dazu fruchtig-feiner Salat mit Orange

30-40min 4 Portionen

In Italien weiß man, wie man kocht, dieses cremige Risotto zergeht förmlich auf der Zunge. Frische Zitrone, karamellisierte Fenchelscheiben und ein leichter Hauch von Schärfe runden das köstliche Reisgericht perfekt ab! Dazu gibt es einen fruchtigen Salat und fertig ist das Wohlfühlgericht!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Orangen
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 2 Fenchelknollen
- 400g Risottoreis
- 1 Pck. Romanasalat
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt [1]
- 2 Becher Crème fraîche [1]
- 1 Pck. Chiliflocken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- kleine Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

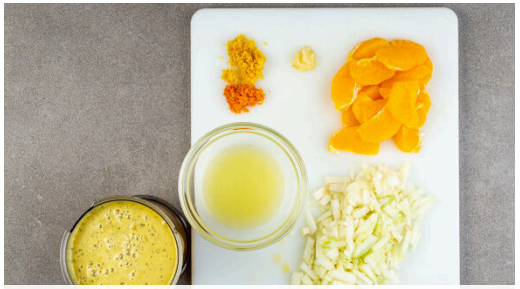
Allergene

Enthält: **Milch** (1).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Gluten, Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion

Energie 723kcal, Fett 29.4g, Kohlenhydrate 99.4g, Eiweiß 14.8g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Jeweils **2TL Orangen-** und **Zitronenschale** abreiben. Die **Orangen** dann bis zum **Fruchtfleisch** schälen und das **Fruchtfleisch** in ca. 1cm dicke Spalten schneiden. Die **Zitrone** halbieren und auspressen. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißem Wasser auflösen.



2. Gemüse braten

Den **Fenchel** halbieren und in ca. 0,5cm dünne Spalten schneiden, evtl. nochmals halbieren. **6–8 Spalten** für später beiseitelegen. Das **Fenchelgrün** für die Garnitur beiseitelegen. Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1–2Min. glasig anschwitzen. Den **Fenchel** und den **Knoblauch** zugeben und ca. 2Min. mitbraten.



3. Risotto kochen

Den **Reis** in die Pfanne geben und 1–2Min. anrösten. Mit ca. ⅓ **der Brühe** ablöschen und die **Zitronenschale**, **2TL Zitronensaft** sowie 1 Prise Salz unterrühren. Nach und nach weiter 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.



4. Fenchel karamellisieren

Die aufbewahrten **Fenchelspalten** in einer kleinen Pfanne mit 2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 3Min. rundum anbraten. 1TL Zucker unterrühren und bei starker Hitze in 2–3Min. karamellisieren lassen. Den **Fenchel** mit Salz und Pfeffer würzen.



5. Salat zubereiten

Den **Salat** in Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Aus 1EL Olivenöl, dem **restlichen Zitronensaft**, 2EL Wasser, der **½ der Orangenschale** sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer ein **Dressing** anrühren und mit den **Orangenspalten** unter den **Salat** mengen.



6. Risotto verfeinern

Den **Käse** mit der **Crème fraîche** unter das **Risotto** rühren. Nach Geschmack mit den **Chiliflocken** und Salz würzen. Das **Risotto** auf tiefe Teller verteilen, mit dem **karamellisierten Fenchel**, dem **Fenchelgrün** und der **restlichen Orangenschale** garnieren und mit dem **Salat** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**