MARLEY SPOON



Zitroniges Risotto mit Garnelen

mit gebratener Zucchini und Lauch

30-40min 3 Portionen

Ein Teller voller sommerlicher Aromen und Farben steht heute auf deiner Speisekarte. Neben saftigen Garnelen, Zucchini und Lauch darf die sonnengelbe Zitrone hier eine Hauptrolle spielen. Mit ihrer leicht herben Schale verfeinert sie das cremige Risotto, der leckere Saft würzt die Garnelen. So wird garantiert jeder Abend schön!

Was du von uns bekommst

- 1 Stange Lauch
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 400g Risottoreis
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut [1]
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung [2]
- 2 Zucchini
- 2 Pck. Hartkäse, gehobelt [3]

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Küchenwaage
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Kochtipp
Die übrigen Garnelen ebenfalls anbraten und z. B. in einem Salat verwenden.

Allergene
Enthält: **Krebstiere** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3).

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

Nährwertangaben pro Portion
Energie 693kcal, Fett 24.2g, Kohlenhydrate 91.0g, Eiweiß 28.8g



1. Lauch schneiden

Den **Lauch** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Ca. **¾ des Brühgewürzes** in 1,1L heißem Wasser auflösen.



2. Risotto ansetzen

Den **Lauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2–3Min. anbraten. **300g Reis** dazugeben und ca. 1Min. mitbraten, dann mit **100ml Brühe** und **2EL Zitronensaft** ablöschen und rühren, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist.



3. Risotto kochen

Die **½ des Knoblauchs**, die **½ der Zitronenschale** und weitere **100ml Brühe** in die Pfanne geben und rühren, bis die Flüssigkeit absorbiert ist. Die **restliche Brühe** nach und nach unter Rühren dazugeben, bis der **Reis** cremig und gar ist, das dauert 18–20Min. Zwischendurch **300g Garnelen** kurz in einem Sieb abspülen und mit Küchenkrepp trocken tupfen.



4. Garnelen braten

Die **Garnelen** mit dem **übrigen Zitronensaft**, der **übrigen Zitronenschale**, dem **restlichen Knoblauch**, der **Gewürzmischung** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen. In einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2–3Min. rundum anbraten, bis die **Garnelen** gar sind. Aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



5. Zucchini braten

Die **Zucchini** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In derselben Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 4–5Min. von beiden Seiten anbraten. Die **Zucchini** mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen, dann die **Garnelen** zurück in die Pfanne geben und ca. 1Min. mitbraten.



6. Risotto fertigstellen

Die **½ der Zucchini-Garnelen-Mischung** und die **½ des Käses** unter das **Risotto** mengen. **Tipp:** Wer mag, kann das **Risotto** noch mit 2EL Butter verfeinern. Das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Mit der **übrigen Zucchini-Garnelen-Mischung** anrichten und mit dem **restlichen Käse** garniert 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**