MARLEY SPOON



Veganes Pilzrisotto mit Hefeflocken

verfeinert mit pfeffrigem Rucola

ca. 30min 4 Portionen

Risottokochen kann regelrecht meditativ sein. Das stetige Rühren lässt genug Raum, um die Gedanken schweifen zu lassen … Schon genug meditiert für heute? Dann einen willigen Rührhelfer suchen und lieber die Pilze braten, das ist bestimmt ein wenig aufregender. Oder zumindest den Rucola waschen? Wie das Risotto zustandekommt, ist letztlich unwichtig, Hauptsache, es kommt auf den Tisch, denn es ist ein herzhafter Genuss!

Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 400g Risottoreis
- 500g Champignons
- 2 Pck. Hefeflocken
- 100g Rucola

Was du zu Hause benötigst

- 2EL vegane Margarine
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher

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

Kochtipp
Wer mag, kann das Wasser für die Brühe vorher im Wasserkocher aufkochen.

Allergene
Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 575kcal, Fett 18.1g, Kohlenhydrate 90.8g, Eiweiß 14.9g



1. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Das **Brühgewürz** in 1,5L heißes Wasser einrühren.



2. Risotto kochen

Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. glasig anbraten. Den **Reis** dazugeben und 1–2Min. anrösten, 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 bzw. der **Reis** bissfest ist.



3. Pilze braten

Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern, in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden und in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 6–8Min. goldbraun anbraten. Evtl. austretende Flüssigkeit kann dem **Risotto** zugefügt werden. Die Pfanne mit den **Pilzen** vom Herd nehmen und beiseitestellen.



4. Risotto verfeinern

Wenn der **Reis** gar ist, das **Risotto** vom Herd nehmen. Die **Hefeflocken** und 2EL Margarine einrühren, die **Pilze** zugeben und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Rucola unterheben

Kurz vor dem Servieren den **Rucola** unterheben, dabei je nach Wunsch einige **Rucolablätter** als Dekoration benutzen.



6. Zeit für Zitroniges

Unser cremig-sämiges Risotto braucht nichts außer begeisterte Esser. Und mit dem würzigen Rucola sorgen wir sogar für den erwünschten Knack im wohligen Gebälk. Wer davon gerne noch etwas mehr möchte, gibt ein paar Spritzer Zitronensaft über das fertige Gericht. Ob es lustig macht, wissen wir nicht, aber ein kleiner Säurekick hat noch nie jemandem geschadet!

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**