MARLEY SPOON



Champignonrisotto mit Pastinake

verfeinert mit Ahornsirup und Petersilie

ca. 40min 3 Portionen

Das heutige Risotto haut mal wieder alle vom Hocker – kein Wunder, denn die aromatisch angebratenen Champignons und die mit Ahornsirup und rauchigem Paprikapulver glasierten Pastinaken verleihen dem feinen Gericht das gewisse Etwas. Und apropos: Das Ganze ist auch noch vegan!

Was du von uns bekommst

- 250g braune Champignons
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Pastinaken
- 2 Pck. Ahornsirup
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 2 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 400g Risottoreis
- 10g Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Pck. Hefeflocken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Sparschäler

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

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

Nährwertangaben pro Portion
Energie 819kcal, Fett 34.2g, Kohlenhydrate 111.2g, Eiweiß 16.8g



1. Pastinaken würzen

Den Backofen auf 230°C (210°C Umluft) vorheizen. Die **Pilze** ggf. säubern und vierteln. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Pastinaken** schälen und in ca. 7cm lange Stifte schneiden. Den **Ahornsirup** mit **1TL Paprikapulver**, 2EL Olivenöl und ½TL Salz verrühren, die **Pastinaken** untermengen und beiseitestellen.



2. Pilze braten

¾ des Brühgewürzes in 1,1L heißem Wasser auflösen. Die **Pilze** und die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 3EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer bis starker Hitze 3–5Min. goldbraun braten und dann mit 2TL hellem Essig ablöschen. **¾ der Pilze** aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen, die **restlichen Pilze** in der Pfanne lassen.



3. Pastinaken backen

Die **Pastinaken** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und im Ofen 15–20Min. goldbraun backen.



4. Risotto kochen

300g Reis und den **Knoblauch** in die Pfanne zu den **Pilzen** geben 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 und der **Reis** bissfest ist. Evtl. etwas mehr Wasser zugeben.



5. Zutaten schneiden

Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **Zitrone** in Spalten schneiden.



6. Risotto verfeinern

Die **Hefeflocken** unter das **Risotto** rühren, dann die **Pilze** und die **Petersilie** untermengen. Nach Geschmack mit etwas **Zitronensaft aus 1–2 Zitronenspalten** sowie Salz und Pfeffer würzen. Das **Risotto** auf Teller verteilen, die gebackenen **Pastinaken** darauf anrichten und mit den **übrigen Zitronenspalten** 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**