



Rote Bete-Risotto

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

1 große Schalotte
200 g Rote Bete
2 EL Öl
300 g Risottoreis
Salz und Pfeffer
800 ml Gemüsebrühe
300 ml trockener Weißwein
100 g Parmesan, frisch
gerieben
50 g geröstete Kürbiskerne,
nach Geschmack



ZUBEREITUNG

Schalotte fein würfeln und Rote Bete schälen und in 1x1 cm Würfel schneiden.

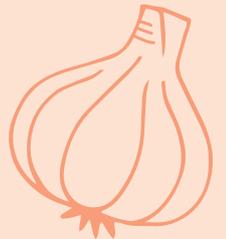
Beides im heißen Öl einige Minuten dünsten, Reis zufügen und kurz mitdünsten. Zwischendurch umrühren. Mit Salz würzen und nach und nach Brühe und Wein zugeben, leicht köcheln lassen. Ab und zu umrühren.

Nächste Portion Flüssigkeit erst wieder zugeben, wenn der Reis die davor aufgenommen hat.

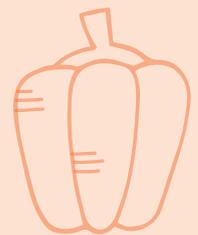
Ca. 25 bis 30 Minuten garen, der Reis soll noch Biss haben.

Am Ende der Garzeit den Parmesan unterrühren, eine kleine Menge für die Garnitur übrig behalten.

Risotto auf Tellern anrichten und mit Kürbiskernen und restlichem Parmesan bestreuen. Dazu passt ein Blattsalat, z.B. Feldsalat und Postelein.



Guten Appetit!



Marienhof
ESPERDE