

Kochen

Caroline Autenrieth

Dienstag, 12.11.2024

Risotto mit Kürbis und Salzzitrone

Für 4 Personen

Zutaten

Für der/das Risotto (beides ist möglich)

400 g Kürbisfruchtfleisch, z. B. Hokkaido
 etwas Salz
 2 Schalotten
 1 Knoblauchzehe
 2 EL Olivenöl
 250 g Risottoreis (z. B. Arborio)
 50 ml Weißwein alternativ 30 ml Gemüsebrühe
 und 20 ml Weißweinessig
 etwas Pfeffer
 1 Liter Gemüsebrühe oder Wasser
 1 Stück Salzzitrone, nach Belieben ein Achtel oder Viertel
 80 g Parmesan oder andere Hartkäse
 1 EL Kürbiskerne
 40 g Butter



Außerdem

2 Stiele Petersilie, nach Belieben

Zubereitung

1. Vom Kürbisfruchtfleisch etwa 300 g in grobe Würfel und ca. 100 in fein Würfel (ca. 0,5 cm) schneiden. Grobe Würfel in leicht gesalzenem Wasser ca. 10 Minuten weich kochen.
2. Kürbis abgießen, kurz ausdampfen lassen und pürieren oder zerstampfen.
3. Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken.
3. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten.
4. Den Reis zugeben und etwa 2 Minuten unter Rühren glasig dünsten.
5. Den Wein unterrühren und fast vollständig einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Anschließend Brühe oder Wasser nach und nach unter Rühren zugeben, jeweils einköcheln lassen und wieder Flüssigkeit zugeben, bis der Reis nach ca. 25 Minuten gar ist.
7. In der Zwischenzeit etwa ein Achtel Salzzitrone (evtl. abbrausen, falls zu salzig) fein würfeln. Parmesan fein reiben.
8. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen.
9. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen. Kürbiswürfel darin ca. 2-3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
10. Salzzitrone mit dem Kürbispüree unter den Reis mischen.
11. Butter und Parmesan ebenfalls unterrühren und erneut abschmecken.
12. Petersilie abbrausen und trocknen. Petersilie fein schneiden.
13. Risotto mit Kürbiswürfeln, Petersilie und Kürbiskernen anrichten und servieren.