

Kürbis-Risotto

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

50
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

400 g Hokkaido Kürbis
1 Esslöffel Pflanzenöl
100 ml Wasser
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
4 Scheiben Speck
300 g Arborio Reis
150 ml Weißwein
1,2 l Gemüsebrühe
2 Esslöffel kalte Butter
100 g Parmesan (vegetarisch)
1 Msp. Muskatnuss
Salz, Pfeffer

Zum Garnieren

Thymian
Kürbiskerne
Parmesan (vegetarisch)

Kürbis-Risotto ist eine der vielen Varianten des italienischen Reisklassikers, der sich nach Herzenslust mit sämtlichen Zutaten abwandeln lässt. Bisher habe ich Kürbis nur püriert und als Suppe gegessen oder ihn als Ofengericht zubereitet. Aber ich muss sagen, dieses

cremige **Risotto** schmeckt mit dem süßlichen **Kürbis** einfach herrlich – ein herbstliches Soulfood. Und mit knusprigem **Speck** und knackigen **Kürbiskernen** landet da schon mal eine zweite Portion auf meinem Teller.

Du bist kein Fan von Speck? Dann lass ihn einfach weg und verwende bei Bedarf vegetarischen Hartkäse statt Parmesan zum Würzen. Schon kannst du dein Kürbis-Risotto ganz **veggie** genießen!

- 1 -

Kürbis waschen, Kerne entfernen und in Würfel schneiden. Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Kürbis bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten anbraten. Die Hälfte der Kürbiswürfel rausnehmen und beiseitestellen.

- 2 -

Wasser zum restlichen Kürbis geben und abgedeckt für 10 Minuten weich garen. Anschließend Kürbiswürfel mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 3 -

Währenddessen Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Parmesan reiben.

- 4 -

In einem Topf Gemüsebrühe und zum Simmern bringen und warmhalten. Währenddessen den Speck in einer tiefen Pfanne für 10 Minuten knusprig braten. Speck aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

- 5 -

In der gleichen Pfanne Schalotten und Knoblauch kurz

Kürbis-Risotto

anbraten. Reis für 3 Minuten mit anbraten. Mit Weißwein ablöschen und bei niedriger Hitze unter regelmäßigem Rühren köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat.

- 6 -

Anschließend den Vorgang mit heißer Brühe wiederholen, jedoch immer nur so viel Gemüsebrühe zum Reis geben, dass er gerade mit Flüssigkeit bedeckt ist. Der Reis ist fertig, wenn er die Flüssigkeit vollständig aufgenommen hat und al dente gekocht ist (ca. 20 Minuten).

- 7 -

Kürbispüree und -Stücke unter das Risotto rühren und noch mal kurz erhitzen. Parmesan und Butter unterrühren. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

- 8 -

Speck zerbröseln und über das Kürbis-Risotto streuen. Nach Belieben mit Thymian, Kürbiskernen und Parmesan garnieren und servieren.