



Feines Pilzrisotto mit gebratenem Sellerie

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Stangensellerie	1 St.
Olivenöl	5 EL
Salz	
Gemüsebrühe	1 L
Knoblauchzehen	1 St.
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Champignons, braun	500 g
Risottoreis	300 g
Weißwein, trocken	100 ml
Walnusskerne	40 g
Pfeffer, schwarz	
Vemondo Reibegenuss	150 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf, mittlerer Topf, kleine Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Stangensellerie waschen, Enden entfernen, längs halbieren und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Stangensellerie auf ein Backblech mit Backpapier geben, mit 1 EL Olivenöl und Salz vermengen. Anschließend für ca. 20 Min. im Ofen backen.
2. Inzwischen in einem Topf Gemüsebrühe aufkochen und warm halten. Knoblauch schälen und fein hacken. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und weiße und grüne Teile getrennt voneinander in Ringe schneiden. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden.
3. In einem weiteren Topf 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Weiße Frühlingszwiebeln und Knoblauch darin ca. 2 Min. farblos anschwitzen. Reis dazugeben und ca. 2 Min. leicht rösten, bis der Reis beginnt am Topfboden anzubackern.
4. Mit Weißwein ablöschen und komplett einkochen. Reis dann mit 1 Kelle heißer Gemüsebrühe leicht bedecken und verrühren. Risotto unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Min. garen, dabei immer wieder etwas Gemüsebrühe nachfüllen, sodass der Reis ständig leicht bedeckt ist.
5. Eine Pfanne fettfrei auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Walnüsse darin ca. 3 Min. goldbraun rösten. Walnüsse auf einen Teller geben. In der Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Champignons darin ca. 4 Min. anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Walnüsse grob hacken. Pilze und Vemondo Reibegenuss unter das Risotto mengen und mit Salz abschmecken. Veganes Pilzrisotto auf Teller geben. Stangensellerie daraufsetzen und mit grünen Frühlingszwiebeln und Walnüssen bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	584 kcal
Kohlenhydrate	76 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	23 g