



Gemüse-Risotto

Zeit gesamt
45minZubereitungszeit
45minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Gemüsebrühe	750 ml
Risottoreis	320 g
Kohlrabi	150 g
Karotten	120 g
Erbsen, tiefgefroren	100 g
Parmesan, gerieben	40 g
Schalotten	30 g
Olivenöl	30 ml
Butter	20 g
Salz	0.5 TL
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

SILVERCREST Monsieur Cuisine (Connect und Smart)

1. Schalotte schälen und halbieren. Möhre schälen und in kleine Stücke schneiden. Kohlrabi schälen und wischen. Das Gemüse in den Mixbehälter mit eingesetztem Messbecher für 7 Sek. auf Stufe 6 zerkleinern.
 2. Olivenöl hinzugeben und für 3 Min. auf Stufe 1 bei 120 °C dünsten. Risottoreis hinzufügen und mit eingesetztem Messbecher mit Linkslauf für 3 Min. auf Stufe 1 bei 120 °C dünsten.
 3. Heiße Gemüsebrühe, Salz und Pfeffer hinzufügen und mit eingesetztem Messbecher mit Linkslauf für 8 Min. auf Stufe 1 bei 100 °C kochen.
 4. Erbsen in den Mixbehälter geben und ohne eingesetzten Messbecher mit Linkslauf für 10 Min. bei 100 °C fertig garen. Als Spritzschutz den Kocheinsatz auf den Deckel setzen.
 5. Butter in Stücke und den Parmesan hinzugeben und ohne eingesetzten Messbecher mit Linkslauf für 15 Sek. auf Stufe 1 unterrühren. Das Risotto vor dem Servieren 1 Min. im Mixbehälter ruhen lassen, dann sofort umfüllen und servieren.
- Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	464 kcal
Kohlenhydrate	76 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	12 g