



# Zucchini-Risotto mit Basilikum-Parmesan



Zeit gesamt  
40min

Zubereitungszeit  
40min

Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Parmesan	100 g
Basilikum, frisch	20 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Zucchini	2 St.
Butter	2 EL
Risottoreis	300 g
Weißwein, trocken	100 ml
Gemüsebrühe	900 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Parmesan entrinden und grob würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. In dem Mixbehälter Parmesan und Basilikum 10 Sek./Stufe 10 pürieren. In eine kleine Schüssel umfüllen und beiseitestellen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Zucchini waschen, Enden entfernen und grob würfeln. In dem Mixbehälter beides 5 Sek./Stufe 6 zerkleinern. 1 EL Butter zufügen und Linkslauf/4 Min./Stufe 1/100 °C mit eingesetztem Messbecher andünsten.
3. Risottoreis zufügen und Linkslauf/2 Min./Stufe 2/100 °C mit andünsten. Weißwein und heiße Brühe angießen. Risotto auf Linkslauf/20 Min./Stufe 1/100 °C garen.
4. 1 EL Butter und 1/3 vom Parmesan zufügen und Linkslauf/40 Sek./Stufe 2 unterheben. Zucchini-Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken und 5 Min. ruhen lassen. Dann mit übrigem Basilikum-Parmesan servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	492 kcal
Kohlenhydrate	72 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	13 g