



Rezept des Monats

Kürbisrisotto mit Lauchzwiebeln



Wir wünschen
Ihnen einen
**GUTEN
APPETIT**

Zubereitung

Waschen und halbieren Sie den Kürbis. Nachdem Sie die Kerne herausgeschält haben, schneiden Sie ihn in kleine Stücke. Die gewaschenen Lauchzwiebeln schneiden Sie ebenfalls in 1–2 cm breite Stücke. Kochen Sie den Kürbis ca. 15 Minuten vor, bis er fast weich ist. Dann geben Sie den Reis hinzu, bis er glasig wird. Gießen Sie mit dem Weißwein auf. Warten Sie immer, bis die Flüssigkeit aufgebraucht ist, bevor Sie mit Wasser oder Brühe nachgießen. Nach ca. 5–10 Minuten geben Sie die kleingeschnittenen Lauchzwiebeln hinzu. Gießen Sie Wasser nach, bis Reis und Kürbis weich sind. Würzen Sie das Risotto mit Salz und Pfeffer und geben Sie den geriebenen Parmesan oder Pecorino hinzu.

Tipp

Gemüsebrühenpaste lässt sich ganz einfach selbst machen! Einfach Suppengrün klein pürieren und mit 10 g Salz auf 100 g Suppengrün auffüllen. In Gläser gefüllt, lässt sich das Suppengrün mehrere Monate lang im Kühlschrank lagern. Eine gesunde und köstliche Basis für Suppen, Risottos und vieles mehr!



EINKAUFLISTE

**Was Sie aus Ihrem
Edeka Markt noch brauchen:**

- 1 Kürbis
- 3–4 Lauchzwiebeln
- 250 g Weißwein
- $\frac{3}{4}$ l Brühe
- 300 g Rundkornreis
- Parmesan oder Pecorino
- Salz
- Pfeffer



www.edekamarkt-voigt.de
Neundorfer Straße 25 | 08523 Plauen