

12

Lieblingsrezepte aus dem AöL-Team



Simone

Kürbis-Maronen- Risotto

Zum Rezept →



Kürbis-Maronen-Risotto: Zutaten

Für den Ofenkürbis und die Maronen:

- 1 kleiner Hokkaidokürbis (ca. 800 g)
- 200 g vorgegarte Maronen (vakuumverpackt)
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 Prise Cayennepfeffer

Für das Risotto:

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Butter
- 250 g Risotto-Reis (z. B. Arborio oder Carnaroli)
- 100 ml Weißwein (oder ersatzweise Gemüsebrühe)
- 750–800 ml Gemüsebrühe (heiß)
- 30 g frisch geriebener Parmesan (+ etwas extra zum Servieren)
- Salz, Pfeffer

Kürbis-Maronen-Risotto: Zubereitung

1. Kürbis und Maronen im Ofen rösten

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Hokkaidokürbis waschen, halbieren, entkernen und in 1–2 cm dicke Streifen schneiden.
3. Kürbistreifen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Olivenöl beträufeln und mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen.
4. Im Ofen 35 Minuten backen.
5. Die vorgegarten Maronen grob haken. Nach etwa der Hälfte der Backzeit (nach ca. 18 Minuten) die vorgegarten Maronen über den Kürbis geben und mitrösten.

3. Anrichten

1. Wenn der Kürbis weich und leicht gebräunt ist, aus dem Ofen nehmen.
2. Etwa die Hälfte der gebackenen Kürbistücke vorsichtig unter das Risotto heben.
3. Risotto auf Tellern anrichten und mit den restlichen Kürbistreifen und Maronen garnieren.
4. Mit etwas frisch geriebenem Parmesan bestreuen.

2. Risotto zubereiten

1. In einem großen Topf Butter erhitzen.
2. Schalotte und Knoblauch fein hacken, in der Butter glasig anschwitzen.
3. Risotto-Reis hinzufügen und 1–2 Minuten mitdünsten, bis er leicht glasig wird.
4. Mit Weißwein (oder Brühe) ablöschen und kurz einkochen lassen.
5. Nach und nach heiße Gemüsebrühe kellenweise dazugeben, sodass der Reis immer knapp bedeckt ist.
6. Unter gelegentlichem Rühren 20–25 Minuten köcheln lassen, bis das Risotto cremig ist und die Reiskörner noch leichten Biss haben.
7. Zum Schluss Parmesan einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Das Risotto schmeckt besonders gut, wenn man 1-2 Zitronenscheiben und/oder ein paar Thymianzweige mit köcheln lässt. 😊