Artikel vom 30.12.2024 · Ausgedruckt am 13.11.2026, 11:00 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/kuerbisrisotto

Kürbisrisotto



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 4 Personen):

½ Hokkaido-Kürbis (etwa 500 g)

2 EL Rapsöl

1 große Zwiebel

300 g Risottoreis

125 ml Weißwein

2 EL Worcestershiresauce

½ TL weißer Pfeffer

1 TL getrockneter Rosmarin

1 TL gemahlene getrocknete Pilze

1 Prise Muskat

Chiliflocken nach Geschmack

50 g Butter

100 g Parmesan

einige Kürbiskerne

circa 1,5 l Gemüsebrühe

Zubereitung:

Den Kürbis schälen, von den Kernen befreien und das Fruchtfleisch in etwa 0,5 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und diese mit dem Öl in einem großen Topf anschwitzen. Inzwischen die Gemüsebrühe in einem zweiten Topf erhitzen und warm halten. Den Risottoreis zu den Zwiebeln geben und kräftig umrühren. Wenn die Reiskörner glasig werden, mit dem Wein ablöschen und mit etwas Brühe für circa 5 Minuten köcheln lassen. Dann die Kürbiswürfel zugeben, für weitere 15 bis 20 Minuten immer wieder etwas warme Brühe nachgeben und das Risotto umrühren. Wenn der Reis die gewünschte Konsistenz hat, mit den Gewürzen abschmecken, die Butter und den geriebenen Parmesan unterrühren und beim Anrichten mit einigen Kürbiskernen bestreuen. Tipp: Da die Brühe und der Parmesan salzig sind, sollte wenn nötig erst ganz am Schluss nachgesalzen werden.

Kathrin Fries