

Zucchini-Risotto

bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

600 gr Zucchini, 4 Schalotte, 2 Esslöffel Olivenöl, 400 gr Avorio (Rundkorn) Reis, 1 l klare Gemüsebrühe, 0,2 gr Safran, 100 gr Parmesan, 1 Bund Thymian.

Die Vorbereitungen:

Gemüsebrühe aufsetzen. Zuchinis gut waschen, der Länge nach vierteilen, und in ca. 3 mm dünne Stücke schneiden. Scharlotten fein würfeln. Safran ggf. zerdrücken und mit etwas Brühe anrühren. Parmesankäse reiben.

Die Zubereitung:

Die Scharlottenwürfel in einem Topf in dem Olivenöl andünsten. Den Reis hinzugeben und ihn unter Wenden anbraten, bis er von allen Seiten glänzt. Mit der Hälfte der Gemüsebrühe auffüllen, kurz aufkochen lassen, den angerührten Safran hinzugeben und ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen, dabei langsam die restliche Gemüsebrühe zugeben. Zucchini, einen Teil des Parmesankäses und die abgezapften Thymianblättchen zum Reis geben. 5 Minuten ziehen lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.