Kürbisrisotto aus dem Dampfgarer

Mit dem Kürbisrisotto aus dem Dampfgarer hat man ein bekömmliches Rezept mit frischen Zutaten zur Hand.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

260 g	Risottoreis
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Stk.	Lorbeerblatt
3 Stk.	Frühlingszwiebeln
250 ml	Wein
1 l	Gemüsefond
310 g	Kürbisse
100 g	Parmesan
50 g	Butter (oder Olivenöl)

Zubereitung

1. Für das Kürbisrisotto aus dem Dampfgarer die Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Kürbis schälen und würfeln, Parmesan reiben.

2. Reis mit den Frühlingszwiebeln mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zusammen mit dem Lorbeerblatt in den Wein rühren und im Dampfgarer bei 100°C ca. 4 Minuten dämpfen.

3. Die Hälfte des Gemüsefonds dazugießen und bei gleicher Temperatur weitere 8 Minuten dämpfen. Dann den restlichen Gemüsefond dazugeben und nochmals 10 Minuten dämpfen.

4. Kürbis ebenfalls 10 Minuten dämpfen. Zwei Drittel vom Kürbis fein pürieren, und mit den übrigen Kürbiswürfeln unter das Risotto mengen. Zuletzt mit Parmesan und Butter verfeinern, noch einmal gut umrühren und servieren.

Tipp

Zum Kürbisrisotto aus dem Dampfgarer passt ein frischer gemischter Salat.