

## Rezept der Woche: Kürbis-Risotto

### Zutaten (für 4 Portionen):

- 600g Kürbis
- 300g Risotto-Reis
- 1L Gemüsebrühe
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Öl
- (- 150ml Weißwein)
- 1 EL Butter
- 50g Parmesan
- Kürbiskerne
- Gewürze: Salz + Pfeffer



### Material:

- Messer
- Schneidebrett
- Pürierstab oder Mixer
- Kochtopf
- Esslöffel

1



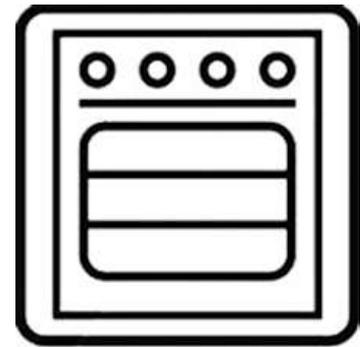
Kürbis in der Hälfte durschneiden

2



Kerne mit einem Löffel entfernen

3



Kürbis in den Ofen stellen.  
40 Minuten – 180 Grad

4



Zwiebel und Knoblauch klein schneiden

5



Parmesan raspeln

6

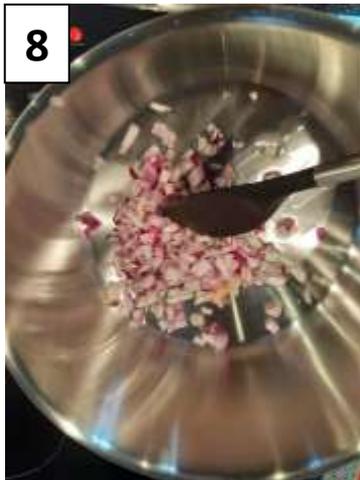


Kürbis aus dem Ofen nehmen.  
Mit einem Löffel Kürbisfleisch entfernen.



7

Kürbisfleisch pürieren



8

Öl im Top erhitzen.  
Zwiebel + Knoblauch  
anschwitzen



9

Risotto-Reis hinzufügen.  
Kurz anbraten.



10

Gemüsebrühe  
hinzufügen, so dass der  
Reis bedeckt ist



11

Ständig umrühren.  
Sonst brennt der Reis  
an!



12

Wieder Gemüsebrühe  
hinzufügen und rühren.  
Solange bis der Reis weich ist.



13

Kürbispüree hinzufügen.  
Rühren.



14

1 Esslöffel Butter  
hinzufügen. Rühren.



15

Parmesan hinzufügen.  
Rühren.



Pfeffern



Salzen



Kürbuskerne in der Pfanne kurz rösten.



**Wir wünschen einen  
Guten Appetit!**

