Vegetarisch

Kernölrisotto mit Pilzen

Hauptspeise
Rezeptart

30 Minuten
Zubereitung

mittel
Schwierigkeit

20 Minuten Wartezeit

Zutaten für 4 Portionen

400 g Risottoreis
3-4 EL Steirisches Kürbiskernöl g.g.A
2 EL Steirische Kürbiskerne, gehackt
1 kleine Zwiebel
100 ml Weißwein
ca. 1 l Gemüsebrühe
1 EL Butter
Pilze nach Saison (Kräuterseitling, Austernpilze, Morcheln, Herrenpilze, Braune Champignons etc.)
Salz nach Geschmack
Parmesan
Frische Kräuter nach Belieben (z.B. Petersilie, Majoran, Thymian)

Zubereitung

Die Zwiebel feinwürfelig schneiden und in Butter glasig anschwitzen, den Reis dazugeben und mit Weißwein ablöschen. Danach mit der Gemüsebrühe auffüllen, so dass alles mindestens zwei Zentimeter mit Flüssigkeit bedeckt ist und auf kleiner Flamme dünsten lassen bis der Reis weich ist. Dabei regelmäßig umrühren und in regelmäßigen Abständen weiter Gemüsebrühe zufügen.
Währenddessen die Pilze waschen, schneiden und kurz anbraten.
Gegen Ende der Kochzeit die Kürbiskerne, das Kürbiskernöl und die Pilze zum Risotto geben, gut unterrühren und mit Salz, frisch geriebenen Parmesan und gehackten Kräutern abschmecken.

Rezept von Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch