



Weißweinrisotto mit würzig gebackenem Kürbis

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Hokkaidokürbis	800 g
Olivenöl	4 EL
Zimt	0.5 TL
Nelken, gemahlen	0.25 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Gemüsebrühe	900 ml
Schalotten	1 St.
Butter	4 EL
Risottoreis	300 g
Weißwein, trocken	100 ml
Parmesan	70 g
Dill, frisch	20 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Backblech mit Backpapier, Sieb, feine Reibe,
Schöpfkelle

1. Backofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Kürbis halbieren, Kerngehäuse mit einem Löffel herauskratzen und Kürbishälften in ca. 3 cm dicke Spalten schneiden.
2. In einer Schüssel Kürbis mit Öl, Zimt, Nelken, Salz und Pfeffer intensiv marinieren und auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Kürbisspalten im Ofen ca. 25 Min. goldbraun backen. Nach der Hälfte der Backzeit Kürbis wenden.
3. Inzwischen in einem Topf Gemüsebrühe aufkochen und im Anschluss nur noch warm halten. Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. In einem Topf 2 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Schalotten darin unter Rühren ca. 2 Min. farblos anschwitzen. Reis zugeben und ca. 1–2 Min. mitrösten.
4. Mit Wein ablöschen und diesen nahezu komplett verkochen lassen. 1–2 Kellen Brühe angießen, mit etwas Salz würzen und Risotto unter ständigem Rühren ca. 20 Min. bissfest garen. Dabei immer wieder Brühe nachgießen, sodass der Risotto immer leicht mit Flüssigkeit bedeckt ist.
5. Derweil Parmesan fein reiben. Dill waschen, trocken schütteln und fein hacken. Wenn der Risotto fertig ist, übrige Butter und Hälfte des geriebenen Käses unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Fertigen Kürbis aus dem Ofen nehmen. Risotto und gebackenen Kürbis auf Tellern anrichten und mit übrigem Parmesan und frischem Dill bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	585 kcal
Kohlenhydrate	78 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	22 g