

Cremiges Risotto mit zitronigen Garnelen und Paprika

One-Pot-Gericht 35 – 45 Minuten • 856 kcal • Tag 2 kochen

27



Risottoreis



Garnelen



Paprika multicolor



Zwiebel



Knoblauchzehe



Zitrone, gewachst



Petersilie glatt



Thymian



Hartkäse ital. Art, gerieben



Tomatenpesto



Gemüsebrühpulver



Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Garnelen mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Pfeffer*, Öl*, Butter*, Wasser*, Salz*

Kochutensilien

1 großen Topf, 1 Knoblauchpresse, 1 große Schüssel und 1 Messbecher

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Risottoreis	225 g	300 g	450 g
Garnelen 5)	150 g	200 g	300 g
Paprika multicolor NL BE ES	1	2	2
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauchzehe ES	2	3	4
Zitrone, gewachst ZA AR	1	1	1
Petersilie glatt/Thymian	10 g	10 g	10 g
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Tomatenpesto 14)	50 g	75 g	100 g
Gemüsebrühpulver 10)	8 g	12 g	16 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

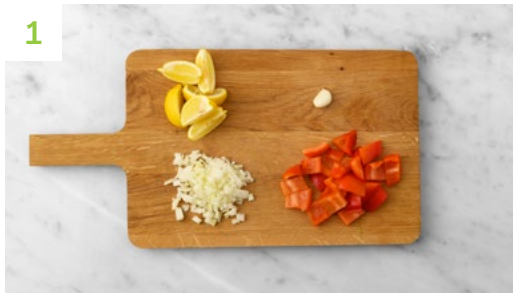
	100 g	Portion (ca. 850 g)
Brennwert	424 kJ/101 kcal	3583 kJ/856 kcal
Fett	2,7 g	22,5 g
– davon ges. Fettsäuren	1 g	8,8 g
Kohlenhydrate	13,2 g	111,2 g
– davon Zucker	1,4 g	11,4 g
Eiweiß	3,8 g	32,3 g
Salz	0,49 g	4,14 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 5) Krebstiere 7) Milch (einschließlich Laktose) 8) Eier 10) Sulfite 14) Schwefeldioxide und Sulfite

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland NL: Niederlande BE: Belgien ES: Spanien ZA: Südafrika AR: Argentinien



Kleine Vorbereitung

Erhitze reichlich **Wasser** im Wasserkocher.

Knoblauch abziehen.

Zwiebel fein hacken.

Paprika halbieren, entkernen und in ca. 3 cm Stücke schneiden.

Zitrone in 6 Spalten schneiden.

Aus 800 ml [1,2 ml | 1,6 ml] heißem **Wasser*** und **Gemüsebrühe** eine **Brühe** zubereiten.



Kräuter schneiden

Petersilie und **Thymianblätter** fein hacken.



Garnelen anbraten

In einem großen Topf 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen.

Garnelen in dem heißen **Öl** ca. 2 Min. rundherum anbraten.

Die Hälfte vom **Knoblauch** dazupressen, **Paprikastücke** hinzufügen und weitere 2 – 3 Min. anschwitzen, bis die **Garnelen** innen nicht mehr glasig sind.

Mit dem **Saft** aus 1 [1 | 2] **Zitronenspalte**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken, herausnehmen und in einer Schüssel abgedeckt beiseitestellen.



Risotto fertigstellen

Kurz vor Ende der Risotto-Kochzeit **Garnelen**, **Paprika**, **Tomatenpesto** und gehackte **Kräuter** zu dem **Risotto** geben und mitköcheln lassen.

Tipp: Sollte Dir das Risotto noch zu körnig sein, gib noch etwas **Wasser*** hinzu und koche es etwas länger.

Sobald das **Risotto** fertig ist, **geriebenen Hartkäse** und 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Butter*** unterheben.



Risotto kochen

In dem Topf erneut 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen. **Gehackte Zwiebel** hinzufügen, restlichen **Knoblauch** dazupressen und ca. 1 Min. anschwitzen.

Risottoreis zufügen und ca. 1 Min. mit anschwitzen.

Mit ein wenig **Brühe** ablöschen und **Risotto** bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 20 – 25 Min. weitergaren. Dabei **Brühe** nach und nach weiter zugeben.



Anrichten

Risotto mit **Salz***, **Pfeffer*** und nach Belieben etwas **Zitronensaft** abschmecken. **Risotto** auf Teller verteile und mit restlichen **Zitronenspalten** genießen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

