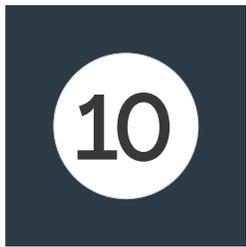


Weißes Spargelrisotto mit Bacon

dazu geröstete Haselnüsse, Kresse und Zitrone

Thermomix kocht • 936 kcal • Tag 5 kochen



weißer Spargel



Bacon (Streifen)



Risottoreis



Haselnüsse



grüne Kresse



Zwiebel



Hartkäse ital. Art, gerieben



Zitrone, gewachst



Knoblauchzehe



Hühnerbrühe



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

*Basiszutaten aus Deiner Küche

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

Kochutensilien

Thermomix® und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
weißer Spargel	400 g	600 g	800 g
Bacon (Streifen)	100 g	180 g	200 g
Risottoreis	225 g	300 g	450 g
Haselnüsse 2) 23)	20 g	20 g	40 g
grüne Kresse	20 g	20 g	20 g
Zwiebel DE NL EG	1	1	2
Hartkäse ital. Art, gerieben 7) 8)	40 g	60 g	80 g
Zitrone, gewachst ES ZA AR TR CL EG	1	1	1
Knoblauchzehe ES	2	3	4
Hühnerbrühe	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. 870 g)
Brennwert	449 kJ/107 kcal	3916 kJ/936 kcal
Fett	4,6 g	39,9 g
– davon ges. Fettsäuren	1,8 g	15,8 g
Kohlenhydrate	12,9 g	112,8 g
– davon Zucker	1,2 g	10,3 g
Eiweiß	3,4 g	29,8 g
Salz	0,45 g	3,89 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: **2)** Schalenfrüchte **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **23)** Haselnüsse

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

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **EG:** Ägypten **ES:** Spanien **ZA:** Südafrika **AR:** Argentinien **TR:** Türkei **CL:** Chile



Spargel vorbereiten

Spargel schälen und vom evtl. holzigen Ende befreien.

Spargelspitzen ca. 2 Finger breit abschneiden und kurz beiseitestellen.

Die restlichen unteren Enden schräg in ca. 3 cm Stücke schneiden.

Haselnüsse in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 6** zerkleinern und in eine große Pfanne umfüllen.



Rösten & Spargelspitzen braten

Zitrone heiß abwaschen, Schale fein abreiben und **Zitrone** in 6 Spalten schneiden. **Kresse** abschneiden.

Die Pfanne mit zerkleinerten **Haselnüssen** ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze erhitzen und **Haselnüsse** rösten, bis sie fein duften. Danach aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die große Pfanne erneut auf mittelhoher Stufe erhitzen.

Bacon und **Spargelspitzen** darin 6 – 8 Min. anschwitzen.

Mit einem Spritzer **Zitronensaft** und **Pfeffer*** abschmecken.

weißer Spargel

Frisch und regional: unser Spargel kommt aus Beelitz und Kirchdorf.



Für das Risotto

Zwiebel und **Knoblauch** abziehen, **Zwiebel** halbieren.

Beides in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

20 g [25 g | 30 g] **Öl*** in den Mixtopf geben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten.

Risottoreis in den Mixtopf zugeben und ohne Messbecher **3 Min./100 °C/Reverse/Stufe 1** dünsten.



Risotto fertigstellen

Nach der Garzeit des **Risottos** Hälfte der **Kresse**, **Hartkäse**, **Butter*** und 1,5 TL [2 TL | 3 TL] **Zitronenabrieb** unter das **Risotto** heben.

Mit dem **Saft** aus 1 [2 | 2] **Zitronenspalte**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Risotto zubereiten

650 g [1.000 g | 1.150 g] warmes **Wasser***, **Hühnerbrühpulver**, schräg geschnittene **Spargelstücke**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben und mit dem Spatel einmal kräftig über den Mixtopfboden rühren, um den **Reis** zu lösen.

Anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **16 Min. [17 Min. | 18 Min.]/100 °C/Reverse/Stufe 1** garen.

Währenddessen fortfahren.



Anrichten

Risotto auf dem Teller verteilen.

Mit **Spargelspitzen**, **Bacon** und **Haselnüssen** toppen und mit restlicher **Kresse** garnieren. **Zitronenspalten** dazu reichen.

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>

