



Risotto mit getrockneten Tomaten, schwarzen Oliven, Rucola und knusprigen Käsechips



HELLO RUCOLA

Rucola wächst ruck, zuck! Schon 40 Tage nach der Aussaat kannst Du die Blätter ernten. Deswegen heißt er im Englischen auch Rocket – Rakete.



Risottoreis



getrocknete Tomaten



schwarze Oliven



Hartkäse



Crème fraîche



Walnüsse



Himbeertomate



Schalotte



Rucola

40 Minuten Stufe 1

Neuentdeckung Veggie

leichter Genuss Zeit sparen

Was wir an **glutenfreien** Risottos besonders mögen? Sie sind raffiniert, wunderbar vielseitig und gehören für uns zur Kategorie der absoluten Wohlfühlgerichte. Mit unserer heutigen Variante kochst Du Dich und Deine Lieben ruck, zuck nach Bella Italia und genießt noch einmal spätsommerliche Urlaubsatmosphäre. Getrocknete Tomaten, Oliven, Rucola und selbst gemachte Käsechips bringen Dir die Sonne auf den Teller – unkompliziert und schnell.

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze **500 ml [1000 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 großen Topf**, **1 kleinen Topf**, ein **Backblech**, **Backpapier** und eine **Gemüsereibe**.



1 GEMÜSE SCHNEIDEN

Schalotte abziehen und fein würfeln. **Himbeertomate** halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** grob würfeln. **Getrocknete Tomaten** klein schneiden und **schwarze Oliven** halbieren.



2 ALS VORBEREITUNG

Hartkäse grob reiben. **500 ml [1000 ml] Gemüsebrühe** in einem kleinen Topf vorbereiten.

★ **TIPP:** Die Brühe nicht zu kräftig vorbereiten, da das **Risotto** sonst zu salzig wird!



3 FÜR DIE KÄSECHIPS

½ des geriebenen **Hartkäses** in jeweils zwei Häufchen mit einem Durchmesser von ca. 4 cm auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. **Käsehäufchen** im Backofen für 7 – 10 Min. backen, bis die **Chips** goldbraun sind.



4 RISOTTO ZUBEREITEN

In einem großen Topf ½ EL [1 EL] **Öl** bei mittlerer Stufe erhitzen, **Schalottenwürfel** darin 1 Min. anbraten. **Risottoreis** und **Walnüsse** zugeben und alles weitere 1 – 2 Min. rösten.



5 RISOTTO KÖCHELN

Risotto mit den **Tomatenwürfeln** ablöschen. ⅓ der **Gemüsebrühe** zugeben und gut verrühren. Sobald die Flüssigkeit vom **Reis** aufgenommen wurde, erneut ⅓ der **Brühe** zugeben, dabei immeriterrühren. Restliche **Brühe** in das **Risotto** einrühren. Insgesamt sollte das **Risotto** 20 – 25 Min. köcheln.



6 ZUM SCHLUSS

Hartkäse, **Crème fraîche**, **Rucola**, **getrocknete Tomaten** und **Olivenhälften** unter das **Risotto** rühren. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. **Risotto** auf Teller verteilen, **Käsechips** dazu anrichten und genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Schalotte	1	2
Himbeertomate	2	4
getrocknete Tomaten & schwarze Oliven	100 g	200 g
Hartkäse ital. Art 3) 7)	40 g	80 g
Risottoreis 15)	150 g	300 g
Walnüsse 8) 15)	10 g	20 g
Crème fraîche 7)	75 g	150 g
Rucola	50 g	100 g

Gemüsebrühe*, Öl*, Salz*, Pfeffer*

* Gut, im Haus zu haben (bei 4 Personen Menge in Klammern).
 ☺ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO 100 g	100 g	PORTION (ca. 550 g)
Brennwert	455 kJ/109 kcal	2686 kJ/639 kcal
Fett	5 g	28 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	12 g
Kohlenhydrate	14 g	83 g
– davon Zucker	3 g	16 g
Eiweiß	4 g	20 g
Ballaststoffe	1 g	3 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

3) Ei 7) Milch 8) Walnüsse
 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

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

URSPRUNGLÄNDER

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

Instagram Twitter Facebook #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit 🍴