



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



## HELLO WALNÜSSE

*Nicht umsonst sehen sie aus wie ein kleines Gehirn: Walnüsse sind hilfreich, wenn es darum geht, unsere grauen Zellen mit Energie zu versorgen.*



getrocknete Tomaten



schwarze Oliven



Hartkäse ital. Art



Crème fraîche



Zwiebel



Himbeertomate



Risottoreis



Walnüsse



Rucola

30 Minuten

Stufe 2

Veggie

leichter Genuss

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 warme, sommerliche Urlaubsatmosphäre. Getrocknete Tomaten, Oliven, Rucola und selbst gemachte Käsechips bringen Dir die Sonne auf den Teller – unkompliziert und schnell.

# LOS GEHT'S

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze **500 ml [750 ml|1000 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **180 °C** Ober-/Unterhitze (**160 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du eine **Gemüsereihe**, **1 kleinen Topf**, **1 großen Topf**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



## 1 GEMÜSE & ANTIPASTI SCHNEIDEN

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



## 2 ALS ZWISCHENSCHRITT

**Hartkäse** grob reiben. Heiße **Gemüsebrühe** in einem kleinen Topf vorbereiten.

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



## 3 FÜR DIE KÄSECHIPS

Die  **Hälfte** des geriebenen **Hartkäses** in 2 [3|4] Häufchen mit einem Durchmesser von ca. 4 cm auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Im Backofen für 5 – 7 Min. backen, bis die **Chips** goldbraun sind.

★ **TIPP:** Achte darauf, dass die Chips nicht zu dunkel werden, da sie sonst bitter schmecken.



## 4 RISOTTO ZUBEREITEN

In einem großen Topf **Öl\*** auf mittlerer Stufe erhitzen und **Zwiebelwürfel** darin 1 Min. anbraten. **Risottoreis** und **Walnüsse** zugeben und alles weitere 1 – 2 Min. rösten.



## 5 RISOTTO KÖCHELN LASSEN

**Risotto** mit den **Tomatenwürfeln** ablöschen. **Ein Drittel** der **Gemüsebrühe** zugeben und gut verrühren. Sobald die Flüssigkeit vom **Reis** aufgenommen wurde, erneut  $\frac{1}{3}$  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	3P	4P
Zwiebel DE	1	1 (groß)	2
Himbeertomate ES	2	3	4
getrocknete Tomaten/schwarze Oliven 15)	100 g	150 g	200 g
Hartkäse ital. Art 3) 7)	40 g	60 g	80 g
Risottoreis 15)	150 g	225 g	300 g
Walnüsse 8) 15)	10 g	15 g	20 g
Crème fraîche 7)	75 g	113 g	150 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Gemüsebrühe*	500 ml	750 ml	1000 ml
Öl*	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.  
Ⓞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	763 kJ/182 kcal	2789 kJ/665 kcal
Fett	8 g	28 g
– davon ges. Fettsäuren	4 g	12 g
Kohlenhydrate	24 g	85 g
– davon Zucker	5 g	17 g
Eiweiß	6 g	20 g
Ballaststoffe	1 g	3 g
Salz	1 g	3 g

### ALLERGENE

3) Ei 7) Milch 8) Walnüsse 15) kann Spuren von Weizen, Erdnüssen, Soja, Milch, Schalenfrüchten, Sellerie und Sesam enthalten

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, ES: Spanien

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

#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!