



# RISOTTO MIT ROTER BETE UND ZIEGENKÄSE

dazu Dill und Haselnüsse



## HELLO ROTE BETE

*Sie ist super vielseitig und kann in Vorspeise, Hauptspeise, im Dessert oder auch einfach als Saft oder zum Färben in jedem Gang verwendet werden.*



Risottoreis



vorgegarte Rote Bete



Ziegenfrischkäsetaler



Gemüsebrühe



Knoblauch



Zwiebel



Rucola



Dill



Petersilie



Zitrone



Haselnüsse



geriebener Hartkäse

30 - 40 Minuten (je nach Personenanzahl)

Stufe 2

Veggie

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.  
Zum Kochen benötigst Du **1 großen Topf**.



## 1 ZU BEGINN

Erhitze reichlich Wasser im **Wasserkocher**.

**Zwiebel** und **Knoblauch** abziehen und fein hacken.

**Rote Bete** in 1 cm kleine Würfel schneiden.

Aus der mitgelieferten **Gemüsebrühe** und 450 ml [900 ml | 1.200 ml] heißem **Wasser\*** eine **Brühe** vorbereiten.

**Petersilie** und **Dill** getrennt voneinander fein hacken.



## 4 DRESSING ZUBEREITEN

**Zitrone** heiß abwaschen und Schale der **Zitrone** abreiben. **Zitrone** halbieren und in 6 [6 | 12] Spalten schneiden.

In eine große Schüssel 2 EL [3 EL | 4 EL] **Öl\*** mit dem **Saft** von 1 [2 | 2] **Zitronenspalten** zu einem **Dressing** verrühren und mit **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.

**Nüsse** grob hacken.



## 2 NÜSSE RÖSTEN

In einem großen Topf **Haselnüsse** ohne Fettzugabe bei mittlerer Hitze rösten, bis sie fein duften. **Haselnüsse** aus dem Topf nehmen.

Im gleichen Topf 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl\*** erwärmen, gehackte **Zwiebel** und **Knoblauch** darin ca. 1 Min. anschwitzen. **Risottoreis** zufügen und ca. 1 Min. mit anschwitzen.



## 5 RISOTTO VOLLENDEN

Die **Rote Bete** zum **Risotto** geben und alles gut vermischen. Etwas mehr **Brühe** dazugeben und den **Reis** in ca. 3 – 5 Min. fertig köcheln lassen. **Hartkäse** und **Dill** unter das fertige **Risotto** rühren. **Risotto** mit 1 TL [1½ TL | 2 TL] **Zitronenabrieb**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 3 RISOTTO KOCHEN

**Reis** mit ein wenig **Brühe** ablöschen und **Risotto** unter gelegentlichem Rühren weitergaren, dabei **Brühe** nach und nach weiter zugeben. Diesen Vorgang ca. 15 Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** fast aufgebraucht, aber der **Reis** noch bisshart und noch nicht ganz gar ist.



## 6 ANRICHTEN

**Rucola** und **Petersilie** zum **Dressing** geben und vorsichtig vermengen. **Risotto** auf Teller verteilen. Mit **Rucolasalat** und je 2 **Ziegenfrischkäsetalern** toppen. **Haselnüsse** darauf verteilen und mit restlichen **Zitronenspalten** genießen.

**Guten Appetit!**

# 2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zwiebel DE	1	1	2
Knoblauch ES	1	1	2
vorgearte Rote Bete	250 g	375 g	500 g
Gemüsebrühe	6 g	8 g	12 g
Dill/Petersilie	10 g	10 g	10 g
Haselnüsse 7)	10 g	20 g	20 g
Risottoreis	150 g	300 g	400 g
Zitrone ES	1	1	1
geriebener Hartkäse 2) 5)	20 g	30 g	40 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
Ziegenfrischkäsetaler 5)	4	6	8
heißes Wasser* für Schritt 2	450 ml	900 ml	1.200 ml
Öl* für Schritt 2	1 EL	1½ EL	2 EL
Öl* für Schritt 4	2 EL	3 EL	4 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 (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	PORTION (ca. 750 g)
Brennwert	601 kJ/144 kcal	4.399 kJ/1.052 kcal
Fett	4,57 g	33,43 g
- davon ges. Fettsäuren	1,52 g	11,16 g
Kohlenhydrate	14,67 g	107,41 g
- davon Zucker	2,43 g	17,80 g
Eiweiß	3,12 g	22,83 g
Salz	0,100 g	0,733 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) Eier 5) Milch 7) Schalenfrüchte

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

## URSPRUNGSLÄNDER

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) 30 568 39 568 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at