

Champignon-Risotto



Zutaten (für 4 Portionen)

- 2 Schalotten
- 3 Stiele Thymian
- 250 g weiße Champignons
- 500 g braune Champignons
- 3 EL Olivenöl
- 300 g Risottoreis
- 150 ml trockener Weißwein
- ca. 1 l heiße Gemüsebrühe
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Stiele Petersilie
- 60 g Parmesan
- 60 g Butter
- Salz
- Pfeffer

Nährwerte

Pro 100 Gramm

108 kcal
3 g Eiweiß
5 g Fett
12 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 45 Minuten

Zubereitung

1. Schalotten schälen und fein würfeln. Thymian waschen, trocken tupfen und die Blättchen von den Stängeln abzupfen. Champignons putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln.
2. Öl in einem großen Topf erhitzen. Schalotten darin einige Minuten andünsten. Reis zugeben und unter Rühren mit andünsten, bis er glasig wird.
3. Die Hälfte der Pilze sowie Thymian zugeben und ebenfalls kurz mit anbraten. Mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen. Risotto 20-25 Minuten gar kochen, dabei gelegentlich umrühren.
4. Knoblauch schälen, andrücken und fein hacken. Petersilie waschen, trocken tupfen und die Blättchen von den Stängeln abzupfen sowie fein hacken. Parmesan reiben.
5. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Restliche Pilze darin bei hoher Hitze scharf anbraten. Knoblauch sowie Petersilie zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Restliche Butter und Parmesan unter das Risotto rühren sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken. Risotto mit den gebratenen Champignons anrichten und servieren.



REISER RÄT

Sie können die Pilzsorten beliebig mischen: Auch Kräuterseitlinge, Steinpilze, Shitake oder Pfifferlinge schmecken lecker im Risotto!

