



Walnuss-Radicchio-Risotto



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 518 kcal/ 2167 kJ
Eiweiß: 10,4 g Fett: 29,8 g
Kohlenhydrate: 52 g

Zubereitungszeit:
ca. 45 Minuten

Zubereitung:

1. Frühlingszwiebeln putzen, abspülen und nur den grünen Teil sehr fein schneiden. Walnüsse grob hacken und in einer kleinen, beschichteten Pfanne rösten.
2. Zwiebel und Knoblauch pellen und fein hacken. Radicchio putzen, die weißen Teile entfernen und den Radicchio in feine Streifen schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Reis, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Mit Noilly Prat und Weißwein ablöschen. Gemüsebrühe aufkochen. Nach und nach zum Reis geben und unter Rühren ca. 20-25 Minuten garen. Ca. 5-10 Minuten vor Ende der Garzeit den Radicchio zugeben und mit dünsten.
3. Butter in kleinen Flöckchen und Parmesan unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Walnüsse und Frühlingszwiebeln locker unter den Risotto mischen. Sofort servieren.

Zutaten für 4 Portionen :

- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 80 g kalifornische Walnüsse
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 250 g Radicchio
- 4 EL Olivenöl
- 250 g Risotto-Reis
- 1 kräftiger Schuss Noilly Prat
- 100 ml Weißwein
- 700 ml Gemüsebrühe
- 20 g kalte Butter
- 30 g frisch geriebener Parmesan
- Salz, Pfeffer frisch gemahlen