

Glutenfreies Risotto mit Wildkräutern Bärlauch, Giersch & Co.

Arbeitszeit: 45 Minuten

Schwierigkeitsgrad: mittel

Nährwerte pro Portion ca.

Fett	17 g
Kohlenhydrate	81 g
Eiweiß	13 g
Brennwert	560 kcal / 2.339 kJ

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Knoblauchzehe
- 2 Schalotten
- 1,2 l Gemüsefond
- 50 g Butaris Butterschmalz
- 400 g Risottoreis
- 300 ml Weißwein
- 60 g geriebener Parmesan
- Salz
- Pfeffer
- Gemischte Wildkräuter (z.B. Bärlauch, Brennnessel, Giersch)
- Rosa Pfeffer



Zubereitung:

Schritt 1/2

Knoblauchzehe und Schalotten schälen und feinwürfeln. Gemüsefond erhitzen. Butaris Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen und die Gemüsewürfel darin glasig anschwitzen. Reis zugeben und unter Rühren ebenfalls glasig werden lassen. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen, dabei immer rühren. Soviel Gemüsefond auf den Reis geben, dass dieser bedeckt ist und unter Rühren ca. 15 Minuten köcheln lassen – dabei immer wieder etwas Fond angießen.

Schritt 2/2

Geriebenen Parmesan unter den cremig gequollenen Reis mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wildkräuter, wie zum Beispiel Bärlauch, Giersch oder Brennnessel, waschen, trockentupfen, feinschneiden und unter das glutefreie Risotto heben. Mit rosa Pfeffer bestreuen. Nach Wunsch mit frischen Wildkräutern dekorieren.

Guten Appetit wünscht Butaris



Hinweis für die Redaktion:

Die Rezeptbilder und Rezepte sind urheberrechtlich geschützt. Der Abdruck der Bilder in gedruckten Presseerzeugnissen (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnissen im Internet ist ausschließlich in Kombination mit dem zugehörigen Rezept sowie bei Nennung der Quelle (Foto: © Butaris Butterschmalz) honorarfrei. Die Bilder und Rezepte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung der Bilder bzw. eine ausschnittweise Verwendung. Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf Butaris Butterschmalz (Nennung von Butaris Butterschmalz in der Zutatenliste) und/oder Packshot verwendet werden. Belege erbeten. Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gern per Mail an butaris@adpublica.com.