

Hello  
FRESH

Leichter kochen,  
besser essen!

PAPRIKA  
ZUCCHINI  
KURKUM  
CURRY  
AVOCADO  
MANDL  
HelloFRESH

HelloFresh.de / kundenservice@hellofresh.de #hellofreshde

3  
KW 50  
2016

## Tomaten-Risotto

mit Rucola und Käse-Chips

Mit diesem Risotto zaubern wir Dir ein bisschen „Bella Italia“ auf Deinen Teller. Wenn Du Dich bei den kühleren Temperaturen auch gern mal in den Süden Europas träumst, passt unser herzhaft-fruchtiges Risotto heute perfekt in Deine Küche. Guten Appetit!



30 min.



Stufe 2

schnell, veggie, glutenfrei



Risottoreis



Tomate



Rucola



Walnüsse



Hartkäse



Antipasti-Mix



Mascarpone



Schalotte

## Zutaten in Deiner Box

	2 Personen	4 Personen
Schalotte [Ursprungs. FRA]	1	2
Tomate [Ursprungs. ESP]	1	2
Antipasti-Mix	100 g	200 g
Hartkäse ital. Art 3) 7)	40 g	80 g
Risottoreis 15)	150 g	300 g
Walnüsse 8) 15)	10 g	20 g
Mascarpone 7)	125 g	250 g
Rucola	50 g	100 g

## Nährwerte

	pro Portion (ca. 550 g)	pro 100 g
Brennwert (kJ/kcal)	3302/789	555/133
Fett (g)	41	7
– davon ges. Fettsäuren (g)	21	4
Kohlenhydrate (g)	85	14
– davon Zucker (g)	14	2
Ballaststoffe (g)	0	0
Eiweiß (g)	21	5
Salz (g)	2	1

**Allergene: 3) Ei 7) Lactose 8) Schalenfrüchte 15) kann Spuren von Allergenen enthalten**

**Gut im Haus zu haben** [bei 4 Personen Menge in Klammern]

Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer

**Was zum Kochen gebraucht wird**

Wasserkocher, Gemüsereibe, kleiner Topf, (Backofen, Backpapier, Backblech), großer Topf

☞ Verwende die restliche Menge anderweitig.



**Vorbereitung: Gemüse und Kräuter waschen. Alle Zutaten und Utensilien bereitstellen. 500 ml [1000 ml] Wasser im Wasserkocher erhitzen.**

**1 Schalotte** abziehen und fein würfeln. **Tomate** halbieren, Strunk entfernen, **Tomatenhälfte** grob würfeln, **getrocknete Tomaten** klein schneiden, **Oliven** halbieren.

**2 Italienischen Hartkäse** reiben. In einem kleinen Topf 500 ml [1000 ml] heiße **Gemüsebrühe** vorbereiten. (Die **Brühe** nicht zu kräftig machen, da das **Risotto** sonst zu salzig wird.)

**TIPP:** Auf einem mit Backpapier belegten Backblech  $\frac{1}{2}$  des **italienischen Hartkäses** in zwei Häufchen mit einem Durchmesser von ca. 4 cm verteilen und 7 – 10 Min. backen, bis diese **Käse-Chips** goldbraun sind.

**3** In einem großen Topf **Schalottenwürfel** im Öl vom **Antipasti-Mix** ca. 1 Min. anbraten, dann **Risottoreis** und **Walnüsse** zugeben und 1 – 2 Min. weiterrösten. Mit **Tomatenwürfeln** ablöschen.

**4** Vorbereitete **Gemüsebrühe** nach und nach zum **Risotto** geben. Dieses 20 – 25 Min. unter ständigem Rühren weiterköcheln lassen, bis der **Reis** weich ist und das **Risotto** eine cremige Konsistenz erreicht hat.

**5** Den restlichen, geriebenen **Hartkäse**, **Mascarpone**, **Rucola**, getrocknete **Tomatenstücke** und **Olivenhälften** unter das **Risotto** rühren. Mit etwas **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

**6 Tomaten-Risotto** auf Teller verteilen und zusammen mit den **Käse-Chips** genießen.

