



## KÜRBIS RISOTTO MIT FEDERKOHLE

### DAS BRAUCHTS FÜR 4 PERSONEN

- 3 EL** Mirin
- 2 EL** Olivenöl
- 1 EL** Wasser
- 1 EL** Miso-Paste
- 100 g** gewaschener, gerüsteter Federkohl
- 50 g** Mandeln, geröstet, grob gehackt
  
- 1½ EL** Olivenöl
- 1** Zwiebel, fein gehackt
- 1** Knoblauchzehe, gepresst
- 400 g** Kürbis (z. B. Hokkaido), in ca. 1 cm grossen Würfeln
- ¼ TL** Salz
- 350 g** Risottoreis
- 1 dl** Weisswein
- 9 dl** Gemüsebouillon, heiss
- 40 g** geriebener Parmesan
- 50 g** Butter

### UND SO WIRDS GEMACHT

- 1. Federkohl:** Mirin, Öl, Wasser und Miso in eine Schüssel geben, verrühren. Federkohl begeben, von Hand ca. 2 Min. gut kneten. Mandeln begeben, mischen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 10 Min. ziehen lassen.
- 2. Risotto:** Öl in einer Pfanne erwärmen. Zwiebel, Knoblauch und Kürbis begeben, ca. 2 Min. andämpfen, salzen. Reis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Wein dazugiessen, fast vollständig einkochen. Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazugiessen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Risotto ca. 20 Min. köcheln, bis der Reis cremig und al dente ist. Käse und Butter darunterühren. Risotto anrichten, Federkohl darauf verteilen.

**35 MIN.**  
AKTIVE ZEIT

**45 MIN.**  
GESAMTZEIT

**747 KCAL**  
PRO PERSON

DIESES UND NOCH MEHR FEINE REZEPTE GIBTS AUF FOOBY.CH UND IN DER FOOBY APP.  
DIE ZUTATEN SIND IN GRÖßEREN VERKAUFSSTELLEN ERHÄLTICH.

