

## Kürbisrisotto

Schweiz (für 4 Personen)

### Zutaten:

- 500g (2 grosse Tassen) Carnaroli Reis
- 500g Kürbis
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1dl Weisswein
- 1 Gemüsebouillon Würfel
- Olivenöl
- 1 Prise Kurkuma-Pulver (oder Saffran)
- 1 Prise Muskatnusspulver
- Salz
- Pfeffer
- frische grüne Küchenkräuter (z.B. Salbei, Thymian, Oregano, Petersilie)
- 80g geriebener Parmesankäse

### Vorbereitung:

- Kürbis rüsten und in ca. 1.5cm grosse Würfel schneiden.
- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden.
- Die frischen Kräuter klein schneiden.

### Zubereitung:

- In einem genügend grossen Topf im Olivenöl die Kürbiswürfel ca. 8 Minuten anbraten und dann beiseitestellen.
- Im selben Topf im Öl Zwiebeln und Knoblauch ca. 3 Minuten glasig dünsten.
- Den Reis unterrühren und ebenfalls ca. 2 Minuten andünsten.
- Mit Weisswein ablöschen und kurz einkochen lassen.
- Kurkuma zugeben für eine schöne gelbe Farbe und ebenso etwas Muskatnuss und den Bouillonwürfel.
- Dann nach und nach Wasser unterrühren, so dass der Reis immer knapp bedeckt ist. Bei leichtem Kochen immer gut umrühren.
- Nach 10 Minuten die Kürbisstücke begeben.
- Der Risotto ist fertiggekocht, wenn er sämig, noch reichlich feucht, die Reiskörner aber noch knackig sind. Das dauert total ca. 30 Minuten.
- Ca. 5 Minuten vor dem Ende die Kräuter untermischen und vor dem Ende den geriebenen Parmesankäse.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

### Tipp:

- Frisch geriebenen Parmesankäse über die Portionen streuen.
- Wen man gerade Kürbiskerne in der Küche hat, gerne eine Hand voll auf dem Teller darüberstreuen.

- Statt Kurkuma kann man natürlich für die gelbe Farbe auch den teuren Saffran nehmen.

