


Pilzrisotto mit gebratenen Pfifferlingen und knusprigem Buchweizen

 30 Min.

Original
Vegetarisch





ZUTATEN

(B) **350 ml** Gemüsebrühe

250 g Champignons

½ Bund Frühlingszwiebeln*

(B) **3 ½ EL** Öl

(B) **2 ½ EL** Butter

150 g Risottoreis

(B) **100 ml** Weißwein

25 g Buchweizen

5 g Thymian

150 g Pfifferlinge

(B) Salz, Pfeffer, Zucker

(B) **1 TL** Essig

2x20 g Frischkäse, Sahne

(B) **Basiszutaten**

*Restmenge wird für ein anderes Gericht benötigt.

UTENSILIEN

kleiner Topf, Küchenkrepp,
großer Topf, Teller,
Schöpfkelle, mittlere Pfanne

ZUBEREITUNG

1 Im kleinen Topf **350 ml Brühe** mit **350 ml Wasser** mischen, aufkochen und abgedeckt beiseitestellen. **Champignons** ggf. mit Küchenkrepp putzen und vierteln. **½ Bund Frühlingszwiebeln*** waschen, trockenschütteln, Wurzelenden entfernen und schräg in ca. 0,5 cm feine Ringe schneiden.

2 **2 EL Öl** im großen Topf auf mittlerer Stufe erhitzen und **Champignons** darin ca. 2 Min. anbraten. **Frühlingszwiebelringe** dazugeben, weitere 2 Min. braten, **beides** auf den Teller geben und beiseitestellen. Topf nicht säubern.

3 **2 EL Butter** im gleichen Topf auf mittlerer Stufe schmelzen, **Reis** zugeben und unter Rühren ca. 1–2 Min. anschwitzen, bis der **Reis** beginnt, am Boden anzuhaften. Mit **100 ml Wein** ablöschen, einkochen lassen und mit **1 großen Schöpfkelle** heißer **Brühe** leicht bedecken. **Risotto** ca. 20 Min. auf kleiner Stufe unter gelegentlichem Rühren köcheln. Dabei immer wieder **etwas Brühe** nachfüllen, sodass der **Reis** ständig leicht bedeckt ist.

4 Indes **1 TL Öl** in der Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und **Buchweizen** darin ca. 2–3 Min unter Schwenken goldbraun rösten. Anschließend auf Küchenkrepp geben und die Pfanne auswischen. **Thymian** waschen, trockenschütteln, **Blätter** vom Stiel streifen und fein hacken.

5 **Pfifferlinge** putzen (siehe Tipp). **1 EL Öl** in der gleichen Pfanne auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und **Pfifferlinge** darin mit 1 Prise **Salz** ca. 1 Min scharf anbraten. Pfanne vom Herd nehmen, **1 TL Butter**, **1 TL Essig** und **Thymian** zugeben, durchschwenken und **Pfifferlinge** beiseitestellen.

6 **Frischkäse**, **Champignons** und **Frühlingszwiebeln** unter das **Risotto** rühren, **salzen** und **pfeffern**. **Pfifferlinge** ebenfalls **salzen** und **pfeffern**. **Risotto** auf Tellern anrichten und mit den **Pfifferlingen** und dem **Buchweizen** garniert servieren.

Guten Appetit!

TIPP

Da sich der Schmutz vor allem in den feinen Lamellen der Pilze festsetzt, solltet Ihr Pfifferlinge möglichst einmal kurz im Wasser waschen. 2–3 EL Mehl ins Wasser gerührt, binden den Schmutz. Danach nochmal abspülen und ca. 5 Min. zwischen Küchenkrepp trocknen lassen.

Zeig' uns Deine Kochkünste auf:   #kochzauber

Garzeiten sind Richtwerte und können abhängig vom Kochgeschirr und der Größe der Zutaten abweichen.

NÄHRWERTE	je 100 g	Pro Person
Brennwert:	513 kJ 123 kcal	3139 kJ 751 kcal
Fett:	6,4 g	39,1 g
davon gesättigte Fettsäuren:	2,2 g	13 g
Kohlenhydrate:	12,3 g	74,9 g
davon Zucker:	1,2 g	6,9 g
Eiweiß:	2,8 g	17,1 g
Salz**:	0,1 g	0,4 g

**Allergene und Salzmenge beziehen sich nur auf die gelieferten Zutaten.

ALLERGENE

Milch