

Rezept

Kürbis-Lauch-Risotto

Ein Rezept von Kürbis-Lauch-Risotto, am 09.06.2026

Zutaten

400 g Hokkaidokürbis (ungeputzt ca. 500 g) oder Butternut	2 EL Öl
Pfeffer	Salz
1 Zwiebel	1 große Stange Lauch
70 g Butter	1,2 l heiße Fleisch- oder Gemüsebrühe
150 ml weißer Portwein	300 g Risottoreis (z. B. Arborio oder Vialone)
	60 g Parmesan

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal

Zubereitung

1. Den Hokkaido putzen, entkernen und fein würfeln (Den Butternut schälen). Kürbiswürfel in einer Pfanne mit Öl 3-4 Min. anbraten, bis der Kürbis gebräunt, aber noch nicht gar ist. Salzen, pfeffern und von der Platte ziehen. Lauch putzen, in feine Ringe schneiden, gründlich waschen und abtropfen lassen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Brühe erhitzen und knapp unter dem Siedepunkt halten.
2. Zwiebel in einem großen Topf mit 30 g Butter 3 Min. andünsten, den Reis hinzufügen und 2-3 Min. dünsten. Mit Portwein ablöschen, dann löffelweise die Brühe zugeben, sobald die Flüssigkeit fast verkocht ist. Nach 12 Min. Lauch zufügen, nach weiteren 5 Min. Kürbis dazugeben und alles garen, bis der Reis noch Biss hat. Den Parmesan reiben und mit 40 g Butter unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.