

Rezept

Risotto mit Erbsen und Schalotten

Ein Rezept von Risotto mit Erbsen und Schalotten, am 05.12.2025

Zutaten

1	Schalotte	3 EL	Butter
150 g	Risottoreis (z. B. Arborio, Carnaroli)	40 ml	Weißwein (ersatzweise 1 EL Zitronensaft und 3 EL Brühe)
600 ml	Gemüsebrühe	150 g	TK-Erbsen
30 g	ital. Hartkäse (ersatzweise Bergkäse; ohne tierisches Lab)	½	Bio-Zitrone
			Salz
	Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 590 kcal, 24 g F, 16 g EW, 69 g KH

Zubereitung

1. Die Schalotte schälen und fein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, die Schalotte ca. 2 Min. darin andünsten. Den Risotto-Reis unterrühren und mitdünsten, bis die Körnchen glasig aussehen.
2. Den Weißwein angießen und bei großer Hitze wieder verdampfen lassen. Dann bei kleinerer Hitze nach und nach die Gemüsebrühe angießen und immer wieder verkochen lassen, dabei häufig umrühren. Nach ca. 10 Min. Garzeit die gefrorenen Erbsen unterrühren und 5-10 Min. mitgaren, bis der Reis die Flüssigkeit aufgesogen hat, die Körner aber noch Biss haben. Inzwischen den Käse reiben und die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben.
3. Die restlichen 2 EL Butter, die Hälfte des geriebenen Käses und die Hälfte der abgeriebenen Zitronenschale unterrühren. Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit dem restlichen Käse und dem Zitronenabrieb bestreuen, nach Belieben mit etwas Pfeffer übermahlen.