

Rezept

Rote-Bete-Mohn-Risotto

Ein Rezept von Rote-Bete-Mohn-Risotto, am 09.10.2024

Zutaten

| | |
|--------------------------------------|---|
| 2 Rote Beten (à ca. 150 g) | Salz |
| 2 EL Weißweinessig | Pfeffer |
| 2 Schalotten | 1 großer Rosmarin Zweig |
| 1,2 l Gemüsebrühe | 4 EL Butter |
| abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone | 3 EL gemahlener Mohn |
| 300 g Risotto-Reis (z. B. Arborio) | 150 ml Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe) |
| 3 EL Walnusskerne | 2 EL Honig |
| 80 g Mascarpone | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

Zubereitung

1. Rote Beten waschen und in ausreichend Salzwasser bei mittlerer Hitze ca. 1 Std. garen. Abgießen, ausdampfen lassen, noch warm pellen und in kleine Stücke schneiden (dabei unbedingt Einweghandschuhe tragen!). Die Hälfte der Rote-Bete-Stücke mit dem Essig fein pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Rosmarin abbrausen und trocken schütteln, die Nadeln abzupfen und fein hacken. Die Brühe erhitzen. In einem Topf 2 EL Butter schmelzen, darin die Schalotten goldgelb andünsten. Die Hälfte des Rosmarins, Zitronenschale, Mohn und Reis dazugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Wein ablöschen und den Wein fast vollständig verkochen lassen. Dann etwa ein Drittel der Brühe hinzufügen und unter häufigem Rühren einkochen lassen. Den Risotto offen bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. köcheln lassen, dabei nach und nach die restliche Brühe dazugießen und häufiger umrühren.
3. Die Walnüsse grob hacken. Übrige Butter und Honig in einer beschichteten Pfanne erhitzen, darin die restliche Rote Bete mit dem übrigen Rosmarin unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 5 Min. braten, salzen und pfeffern. Mascarpone und Rote-Bete-Püree unter den Risotto rühren und warm werden lassen. Den Risotto auf tiefe Teller verteilen, Rote-Bete-Würfel daraufgeben und die Walnüsse darüberstreuen.