

# Basilikum-Risotto

Zutaten | 4 Portionen

1	Zwiebel
50 g	Butter
200 g	Risottoreis
100 ml	Weißwein
1000 ml	Gemüsebrühe
1 Bund	Basilikum
1	Knoblauchzehe
30 g	Pinienkerne
	Salz, Pfeffer
5 EL	Olivenöl
100 g	geriebener Hartkäse z.B. Parmesan

Zubereitungszeit: 40 Min.

## Zubereitung:

- Zwiebel abziehen und fein würfeln.
- Zwiebelwürfel in einem Topf in Butter andünsten, den Risottoreis dazugeben, alles mit Weißwein ablöschen und bei mittlerer Hitze kurz einreduzieren lassen.
- Gemüsebrühe erwärmen. So viel Brühe zum Risottoreis geben, bis der Reis bedeckt ist. Bei kleiner Hitze weiter köcheln lassen und dabei gut umrühren bis die Flüssigkeit einreduziert ist.
- Brühe nachgießen, weiter köcheln lassen und umrühren. Den Vorgang so lange wiederholen bis die Brühe aufgebraucht ist. Der Risottoreis sollte bissfest und „schlotzig“ sein.
- Basilikum waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen.
- Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten und abkühlen lassen.
- Knoblauch abziehen.
- Basilikum, Knoblauch, Pinienkerne, Olivenöl, Salz und Pfeffer mit dem Mixer zu einem Pesto verarbeiten.
- Hartkäse und Pesto unter den Risotto-Reis heben.
- Basilikum-Risotto eventuell mit Salz und Pfeffer nachwürzen und servieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 357 g

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
607 kcal	38,1 g	49 g	15,3 g	339 mg