



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 225

Graupenrisotto mit Kürbis und Rote-Bete-Ragout



30 Minuten



1 Stunde










1,5 Stunden

Zutaten für 4 Personen


Für das Rote-Bete-Ragout:

1 große rote Bete, gegart, geschält und in kleine Würfel geschnitten

-  1 EL Balsamico
-  1 TL Dattelsirup
-  1 EL Olivenöl
-  Meersalz
-  ½ TL BBQ- & Steak-Pfeffer
-  ½ TL Kreuzkümmel, gemahlen
-  ½ TL Korianderblätter, getrocknet

Für das Graupenrisotto:

¼ Hokkaido

-  etwas Muskatnuss
- 1 Zwiebel, fein gewürfelt
- 120 g Gerstengraupen
- 1 Glas Weißwein
- Gemüsefond
- 2 EL Kürbiskerne, geröstet und gehackt
-  Meersalz
-  ½ TL BBQ- & Steak-Pfeffer
-  Olivenöl

Ansonsten:

- 2 Zweige Rosmarin
-  2 EL Olivenöl
-  BBQ- & Steak-Pfeffer
-  Meersalz

Rezept

Den Ofen auf 200° C vorheizen. Den Kürbis in Spalten schneiden, mit Backpapier auf ein Blech legen und garen, bis er ganz weich ist. Den Kürbis grob zerschneiden und in einem Mixbecher mit 1 EL Olivenöl, Muskatnuss, Pfeffer und Salz mit dem Stabmixer fein pürieren. Etwas Olivenöl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Die Gerstengraupen hinzufügen und unter Rühren 2 Minuten braten. Mit dem Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Nach und nach den Gemüsefond hinzufügen und immer wieder einkochen lassen, bis das Risotto gar ist. Die Kürbiscreme in das Risotto rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rote-Bete-Würfel in eine Schüssel geben und mit allen anderen Zutaten vermischen. Die Rosmarinzwige kurz im Olivenöl rösten, bis die Nadeln knusprig sind. Von den Zweigen streifen und leicht salzen. Das Risotto auf Tellern anrichten, das Rote-Bete-Ragout darauf verteilen und die Kürbiskerne und gebratenen Rosmarinnadeln darüber streuen. **Guten Appetit!**