

# Kürbis-Risotto



## Zubereitung

1. Kürbis waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
2. Öl in einer großen hohen Pfanne (z.B. Wokpfanne) erhitzen und Kürbiswürfel darin andünsten. Risotto-Reis dazugeben und etwa 2 Minuten mitdünsten.
3. Mit Zwiebel- und Knoblauchsatz würzen und mit Orangensaft ablöschen. Vollkommen einkochen lassen.
4. So viel Brühe zugießen, dass der Reis gerade bedeckt ist. Offen bei milder bis mittlerer Hitze unter häufigem Rühren garen.
5. Sobald die Brühe fast vom Reis aufgesogen ist, immer wieder etwas heiße Brühe zugießen.
6. Der Reis sollte insgesamt etwa 20-25 Minuten geköchelt haben, aber noch bissfest sein.
7. Abschließend noch den Parmesan unter das Risotto rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

## Zutaten für 2 Personen:

2 EL Rapsöl

150 g Risotto-Reis

600 ml Gemüsebrühe

100 ml Orangensaft

450 g Kürbis (z.B. Hokkaido)

50 g Parmesan

Salz

Pfeffer

Zwiebel- und Knoblauchsatz