



Rüben-Risotto mit Kotelett

und Petersilien-Topping



30-40min



2 Personen

Schau dir mal die Farben an! Wir kochen ein klassisches Risotto mit roter Rübe und geben dem italienischen Klassiker damit diese tolle Farbe. Darauf darf sich ein saftiges Kotelett betten, das wir obendrein noch mit einer fruchtigen Petersilien-Marinade backen. Jetzt musst du dich nur noch setzen und dir alles auf der Zunge zergehen lassen. Mmh!

Was du von uns bekommst

- Gran Biraghi Hartkäse ⁷
- Petersilie
- Zwiebel
- rote Rüben
- Knoblauchzehe
- Orange
- Risotto Reis
- Schweinskotelett

Was du zu Hause benötigst

- Gemüsesuppenwürfel
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backrohr mit Umluftfunktion
- kleiner Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sparschäler

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 795.0kcal, Fett 22.0g, Eiweiß 45.8g, Kohlenhydrate 99.1g



1. Gemüse schneiden

Ofen auf 160°C Umluft vorheizen. Im kleinen Topf 700ml Wasser zum Kochen bringen, **Suppenwürfel** darin auflösen, beiseitestellen. **Rote Rübe** schälen und dann grob raspeln. **Zwiebel** schälen, klein würfeln. Rote Rüben färben stark ab, deshalb anschließend alle Utensilien gründlich waschen.



4. Koteletts anbraten

Fleisch trocken tupfen, salzen/pfeffern. Pfanne mit 2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Fleisch** beidseitig ca. 2-3Min. goldbraun braten. Fleisch-Pfanne in den Ofen geben, ca. 9-11Min. fertig garen.



2. Risotto zubereiten

Mittelgroßen Topf mit 2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Zwiebel** und **rote Rüben** 2-3Min. anschwitzen, **Reis** ca. 1Min. mitbraten. 2 Kellen Brühe zugeben, unter Rühren verkochen. Nach und nach mit Brühe ablöschen, unter Rühren ca. 20Min. bissfest und cremig verkochen. Evtl. wird nicht die gesamte Brühe benötigt.



5. Topping verteilen

Die letzten 5Min. der Garzeit das **Petersilien-Topping** auf die **Koteletts** verteilen und ca. 5Min. mitgaren.



3. Topping herstellen

Inzwischen Schale der **Orange** abreiben. **Knoblauch** schälen, fein hacken. **Petersilie** fein hacken. Alles mit 2TL **Orangenschale** und 1-2EL Olivenöl vermengen. **Orange** auspressen und beiseitestellen.



6. Risotto fertigstellen

Den **Käse** reiben und kurz vor dem anrichten mit 2EL **Orangensaft** unter das Risotto rühren. Das Risotto evtl. nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Risotto mit den Koteletts servieren.