



## Garnelen-Risotto

mit Zucchini und Zitrone



30-40min



3-4 Personen

Heute in deiner Box: Ein cremiges Risotto, das zu jeder Jahreszeit passt. Die Garnelen werden mit frischem Zitronensaft angebraten, dazu gesellen sich saftige Zucchini und würzig-frischer Dill. Eine harmonische Kombination, die allen Garnelenliebhabern vorzüglich munden wird!

## Was du von uns bekommst

- 2 Zucchini
- 10g frischer Kerbel
- 1 Gemüsebrühwürfel<sup>9</sup>
- 1 Packung Garnelen<sup>2</sup>
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 1 Zwiebel
- 400g Risottoreis
- 40g italienischer Hartkäse<sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- Wasserkocher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Allergene

Krebstiere (2), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 720kcal, Fett 19.6g, Kohlenhydrate 98.3g, Eiweiß 35.5g



1. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. In einem Wasserkocher 1,2L Wasser aufkochen und den **Brühwürfel** im heißen Wasser auflösen.



2. Risotto ansetzen

In einer großen Pfanne die **Zwiebeln** mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1-2Min. farblos anschwitzen, dann den **Reis** hinzugeben und ca. 1-2Min. mitbraten. Nun nach und nach mit der **heißen Brühe** ablöschen und rühren, bis der **Reis** sämig ist, aber noch etwas Biss hat - das dauert ca. 18-20Min.



3. Zucchini raspeln

Zwischendurch die **Zucchini** mit einer Küchenreibe grob raspeln und ca. 6-7Min. vor Ende der Kochzeit zum **Risotto** hinzugeben und mitgaren.



4. Zitrone reiben

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** in **Spalten** schneiden. Den **Kerbel** fein hacken. Den **Käse** fein reiben.



5. Garnelen anbraten

In einer mittelgroßen Pfanne die **Garnelen** mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 2-3Min. von jeder Seite anbraten, bis sich die **Garnelen** rosa verfärben und außen knusprig werden. Mit Pfeffer und **Zitronensaft aus den Spalten** abschmecken.



6. Risotto fertigstellen

Den **Käse** mit dem **Zitronenabrieb** unter das **Risotto** mischen, evtl. noch mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und das **Risotto** mit den **Garnelen**, dem **Kerbel** und den **restlichen Zitronenspalten** anrichten und servieren.