



Spargelrisotto mit Safran und gegrilltem Fenchel

 30-40min  4 Personen

Keine Spargelsaison ohne Spargelrisotto finden wir. Hier kochen wir ein gelbes Safranrisotto, das seine intensive Farbe und den unverwechselbaren Geschmack von Safranfäden bekommt. Auf unser cremiges Risotto betten wir dann noch gegrillten Spargel und ein zitroniges Fenchelgemüse aus dem Backrohr. Ein Gaumenschmaus!

Was du von uns bekommst

- Zitrone
- grün Spargel
- Zwiebel
- Safranfäden
- Gran Biraghi Hartkaese ⁷
- Fenchel
- Carnaroli Reis

Was du zu Hause benötigst

- Gemüsebrühwürfel
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Backblech
- Backofen mit Grillfunktion
- Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- Mörser und Stößel
- Wasserkocher

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Energie 549kcal, Fett 12.1g, Kohlenhydrate 94.6g, Eiweiß 15.0g



1. Gemüse schneiden

Das Rohr auf 250°C Grillfunktion vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den Strunk des **Fenchels** entfernen und in ca. 1cm große Stücke schneiden. Das untere Drittel des **Spargels** entfernen und den Rest gut waschen.



4. Risotto ansetzen

Nach und nach die Gemüsesuppe zum **Reis** hinzufügen und dabei regelmäßig rühren, bis der **Reis** die Flüssigkeit aufgenommen hat. Das **Risotto** so insgesamt für ca. 15-18Min. köcheln lassen und gelegentlich umrühren, ggfs. bei Bedarf mehr Wasser hinzufügen.



2. Suppe vorbereiten

In einem Wasserkocher 1,2L Wasser aufkochen und den Gemüsesuppenwürfel darin auflösen lassen. Die **Safranfäden** im Mörser mit einer Prise Zucker oder Salz fein mahlen und anschließend in ca. 2TL heißem Wasser auflösen.



5. Spargel grillen

Inzwischen die **Schale der Zitrone** abreiben und den **Rest** in Spalten schneiden. Den **Spargel** und die **Fenchelstücke** auf einem Backblech mit 1EL Olivenöl und nach Geschmack mit **Zitronenabrieb** mischen sowie mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beides für ca. 10-15Min. grillen, bis das **Gemüse** goldgelb und leicht knusprig ist.



3. Risotto vorbereiten

Nun in einer großen Pfanne 1-2EL Olivenöl auf mittlerer Hitze erwärmen und die **Zwiebeln** darin glasig andünsten. Den **Reis** hinzufügen und mit **Safranwasser** ablöschen, dann für ca. 1-2Min. anbraten.



6. Risotto fertigstellen

Den **Käse** fein reiben und unter den **Risottoreis** mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ggfs. etwas Wasser hinzufügen, wenn das **Risotto** nicht cremig genug ist. Das **Risotto** gemeinsam mit den **gegrillten Gemüse** und den **Zitronenspalten** servieren.