

Risotto mit Pfifferlingen




Zutaten für 4 Personen

- 250 g Pfifferlinge
- 1 Zwiebel
- 40 g Butter
- 200 g Risotto- oder Rundkornreis
- 800 ml heiße Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- Safran
- 1 EL Zitronensaft
- ½ Bund Petersilie
- 80 g geriebener Parmesan

Zubereitung

- Die Pfifferlinge trocken putzen und unschöne Stellen wegschneiden.
- Die Zwiebel schälen und würfeln.
- Zwiebel und Pilze in der heißen Butter andünsten.
- Den gewaschenen Reis zugeben, ebenfalls andünsten.
- Die heiße Gemüsebrühe nach und nach zugeben und alles miteinander etwa 40 Minuten garen.
- Immer wieder umrühren.
- Mit Salz, Pfeffer, ein paar Fäden Safran und Zitronensaft abschmecken.
- Die gewaschene, gehackte Petersilie und den geriebenen Parmesan unterheben.

Angaben pro Portion



Energie	362 kcal
Fett	17,0 g
Kohlenhydrate	39,2 g
Eiweiß	12,8 g
Ballaststoffe	3,5 g

Tipps

Der Risotto schmeckt auch gut mit frischen Champignons. Pfifferlinge haben jedoch einen würzigeren Geschmack.

Pilze werden normalerweise nur vorsichtig trocken abgebürstet, weil sie leicht Wasser aufnehmen. Besonders schmutzige Exemplare können Sie kurz unter fließendem Wasser abreiben.