Kaffee-Risotto mit gebackenem Kürbis

Zutaten

Menge

1	kleiner Hokkaido-Kürbis
1/2 TL	Currypulver
2	Knoblauchzehen
4 EL	Olivenöl
	Salz
	schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
800 ml	Geflügelbrühe
2	Schalotten
250 g	Risotto-Reis
100 ml	Weißwein
50 ml	Kaffee
2 TL	Kaffeebohnen
40 g	Parmesan am Stück
1 EL	Butter
1/2	Bio-Zitrone
1 Handvoll	Rucola

Rezeptinfo

Zutaten für 4 Portionen
Zubereitungszeit: ca. 40 Min.

Je Portion: 2337 kJ, 558 kcal, 69 g Kohlenhydrate,
14 g Eiweiß, 23 g Fett, 30 mg Cholesterin, 11 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €€

Zubereitung

Step 1:
Zuerst den Kürbis halbieren und mit einem Löffel die Kerne herauskratzen. Den Kürbis anschließend in Würfel schneiden.

Step 2:
Die Kürbiswürfel nun in eine Schüssel geben. Eine Knoblauchzehe fein hacken und mit zwei Esslöffeln Olivenöl, dem Currypulver sowie Salz und Pfeffer zum Kürbis geben und alles vermengen. Die Würfel dann auf einem mit Backpapier ausgelegtem Blech verteilen und beiseite stellen. Den Ofen kannst du aber schon einmal auf 200°C Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Step 3:
Nun machst Du das Risotto. Dafür musst du zuerst die Brühe in einem Topf erhitzen. Sie sollte während des ganzen Kochvorgangs heiß bleiben.

Step 4:
Die Schalotten und den restlichen Knoblauch schälen und sehr fein würfeln.

Step 5:
Das restliche Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten und den Knoblauch hinein geben und glasig anschwitzen. Dann den Reis dazu geben und zwei Minuten lang anschdünsten. Nun mit Weißwein, dem Kaffee und etwas Brühe ablöschen. Nach und nach immer wieder eine Kelle der Brühe unter Rühren hinzufügen, bis die ganze Brühe vom Reis aufgenommen worden ist. Der Reis sollte noch bissfest aber schön cremig sein.

Step 6:
Während des Risotto kocht, kannst du den Kürbis in den Ofen schieben und 15 bis 20 Minuten knusprig backen.

Step 7:
Den Parmesan fein reiben und zusammen mit der Butter, Zitronensaft und -abrieb unter den Reis rühren. Zum Schluss die Kaffeebohnen mit einem Mörser zerstoßen.

Step 8:
Das Risotto mit den Kürbiswürfeln, sowie einigen Blätter Rucola und je einen halben Teelöffel Kaffeebohnen anrichten.