

Kürbisrisotto**Zutaten für 4 Personen**

350g Hokkaido-Kürbis, geputzt mit Schale
250g Risotto-Reis (bevorzugt Sorten Arborio, Baldo, Roma)
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
100ml trockener Weißwein
ca. 800ml Wasser
50g frisch geriebener Parmesan
Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Butter, Olivenöl

Zubereitung

Einen Liter Wasser (etwas mehr als benötigt) zum Kochen bringen und so salzen, dass es leicht salzig schmeckt.

Den Kürbis grob raspeln, Knoblauch fein hacken. Die Zwiebel klein würfeln und in etwas Butter glasig dünsten, den Knoblauch dazu geben, salzen und pfeffern, den Reis einrühren und alles bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren braten, bis die Körner gleichmäßig vom Fett überzogen sind. Jetzt den Kürbis zufügen kurz mitdünsten, dann salzen und etwas pfeffern. Nun bei mittlerer Hitze dünsten, bis der Reis etwas am Topfboden ansetzt. Dann mit dem Weißwein ablöschen, verrühren und wieder zum Kochen bringen. Erst jetzt ein Viertel des sehr heißen Wassers dazu schütten, verrühren und den Reis bei mittlerer Hitze deutlich köcheln, regelmäßig dabei rühren. Wenn die Flüssigkeit aufgesogen ist, das zweite Viertel des Wassers nachgießen und dann das dritte Viertel – nach rund 25 Minuten ist der Reis normalerweise gar.

Wenn der Risotto nun dickflüssig und cremig ist und der Reis weich ist, aber noch etwas Biss hat, war alles richtig. Falls nicht, noch rührend mehr Wasser einarbeiten. Nun den Risotto mit etwas Muskatnuss abschmecken. Zum Schluss den Parmesan und einen Esslöffel Butter unterziehen und sofort servieren.

Rezept: Helmut Gote