

# Kürbisrisotto



Sämig und schlotzig

Sie wissen, wie man ein gutes Risotto zubereitet? Es gibt dabei ein paar sehr wichtige Regeln zu beachten. Schauen Sie einfach im Foodblog nach dem [Grundrezept Risotto](#), dort werden Ihnen alle wichtigen Dinge genauestens erklärt.

Ich fasse aber zur Vorsicht nochmals die wesentlichsten zusammen: Risotto-, also Mittelkornreis verwenden. In mehreren Durchgängen den Reis garen. Dabei heiße Brühe schöpflöffelweise nachfüllen. Nicht zu flüssig, nicht zu fest. Sondern sämig und schlotzig. Immer ein gutes Stück Butter dazugeben. Und kleingeriebenen Käse (Parmigiano Reggiano, aber auch Gouda, Bergkäse, Emmentaler uw.).

Besonders die Regel, heiße Brühe zu verwenden, hat sich mir erst vor kurzem so richtig erschlossen. Der Grund ist aber einleuchtend und einfach zu erklären. Risottoreis wird nicht in einem Durchgang mit viel Wasser gegart. Sondern in mehreren

Durchgängen, in denen immer etwa ein Schöpflöffel Brühe nachgefüllt wird. Ist diese Brühe kalt, senkt sich die Temperatur des Reises jedoch stark ab und der Garvorgang von kalt nach heiß beginnt von vorne. Deswegen die heiße Brühe. Nach dem Nachgießen köchelt der Reis sofort wieder auf konstanter Temperatur weiter.

Zum Garnieren bietet sich gerade bei einem Kürbisrisotto ein gutes, steirisches Kürbiskernöl zum Beträufeln an. Verwenden Sie auf alle Fälle ein Kürbiskernöl, das den Zusatz „g.g.A.“ trägt. Das bedeutet „geschützte geografische Angabe“. Trägt das Kürbiskernöl dieses Siegel, dann ist zumindest eine Produktionsstufe – Erzeugung, Verarbeitung oder Herstellung – in der Steiermark erfolgt. Und das Produkt ist somit von sehr guter Qualität.

*Für 2 Personen:*

- 200 g Risottoreis
- 1/4 Butternusskürbis
- 2 Lauchzwiebeln
- 3/4 l Gemüsebrühe
- schwarzer Pfeffer
- ein Stück Gouda
- ein Stück Butter
- Kürbiskernöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.*



Mit steirischem Kürbiskernöl  
Kürbis und Lauchzwiebeln putzen. Beim Kürbis das Kerngehäuse  
entfernen.

Kürbis in einer Küchenmaschine fein in eine Schalte reiben.  
Lauchzwiebeln quer in Ringe schneiden.

Risotto nach dem Grundrezept zubereiten.

3 Minuten vor Ende der Garzeit Kürbis und Lauchzwiebeln  
dazugeben und mitgaren.

Am Ende der Garzeit Käse und Butter unterheben und schmelzen.

Risotto abschmecken.

Auf zwei tiefe Teller verteilen.

Mit einem guten steirischen Kürbiskernöl beträufeln.

Servieren. Guten Appetit!