

Kürbis-Risotto mit Walnüssen



Zutaten:

Für 4 Personen:

500 g Hokkaidokürbis

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

3 EL MEGGLE Streichart

300 g Risotto-Reis

ca. 900 ml Gemüsebrühe

1/4 l trockener Weißwein

Salz

Pfeffer

ca. 10 Stiele Thymian

125 g Walnusskerne

50 g geriebener Parmesankäse

Zubereitung:

1. Kürbis waschen, putzen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. 1 Esslöffel MEGGLE Streichart in einem Topf erhitzen. Kürbis, Zwiebel und Knoblauch bei schwacher Hitze darin glasig dünsten. Reis zufügen und

kurz mit anschwitzen. Nach und nach Brühe und Wein zugießen, dabei ab und zu umrühren. Nächste Portion Flüssigkeit immer erst zugießen, wenn der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat. Insgesamt 30–35 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen – bis auf etwas zum Garnieren – von den Stielen streifen. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen, etwas abkühlen lassen und hacken. Parmesan reiben. Hälfte der Nüsse, 3/4 Parmesan, gehackten Thymian und 2 Esslöffel MEGGLE Streichzart unter das Risotto heben. Restliche Nüsse, Thymian und Käse darüber streuen.

Zubereitungszeit:

ca. 40 Minuten

Pro Portion ca. 3100 kJ, 740 kcal. E 17 g, F36 g, KH 78 g

Über MEGGLE:

Das Erfolgsrezept von MEGGLE lautet seit über 125 Jahren: Tradition, Qualität und ständige Innovationen. Als kleine Käserei wurde das Unternehmen von Josef Anton Meggle I. bei Wasserburg in der Nähe von München gegründet und zählt heute zu den renommiertesten Herstellern von Milcherzeugnissen in Europa. Die Markenprodukte werden auch in Nord- und Südamerika und im asiatischen Raum vertrieben. Mit 2.500 Mitarbeitern, darunter 850 in Wasserburg, produziert die MEGGLE-Gruppe qualitativ hochwertige Milch-, Käse-, Sahne- und Joghurtprodukte sowie Butter, Butterspezialitäten und gefüllte Baguettes für End- und Großverbraucher. Darüber hinaus werden Milchtrockenprodukte als Spezialerzeugnisse für die internationale Pharma- und Lebensmittelindustrie hergestellt. Stets dem Fortschritt verpflichtet, konnte MEGGLE 2013 einen Umsatz von über einer Milliarde Euro erwirtschaften. Trotz des internationalen Erfolgs zählt die Heimat: Der Hauptfirmensitz von MEGGLE befindet sich nach wie vor im oberbayerischen Wasserburg am Inn.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.meggle.de sowie www.facebook.com/meggle.de