ZITRONENRISOTTO MIT ZUCCHINI

Schwierigkeit: einfach / ca. 35 Min. Arbeitszeit

Manch ein Hobbygärtner stellt sich die Frage sicherlich auch: Wohin nur mit all den Zucchinis aus meinem Garten? Wir haben die Antwort für euch: Probiert mal ein Zitronenrisotto mit Zucchini!

ZUTATEN

ca. Für 4-6 Personen

500 gr	Zucchini
1	Bio-Zitrone
2-3	Knoblauchzehen
2 EL	Rapsöl
300 gr	Risottoreis
1 l	heiße Brühe
150 gr	Erbsen (tiefgefroren)
2 EL	Butter
	geriebener Parmesan nach Geschmack

ZUBEREITUNG

Zucchini in etwa drei Millimeter dicke Scheiben schneiden. Zitronenschale abreiben, Zitrone ausdrücken. Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch schmoren, Zucchini dazugeben und wenden, bis sie hellgelb sind.

Den Reis mit einem Esslöffel Öl in einem Topf unter Rühren glasig rösten. Etwas Brühe (250 Milliliter), geschmortes Gemüse, Zitronenschalen sowie –Saft hinzufügen – kurz umrühren und köcheln lassen. Warten, bis der Reis die

Flüssigkeit fast aufgesogen hat, dann wieder etwas heiße Brühe angießen.

Im Abstand von einigen Minuten drei- bis viermal wiederholen. Dabei jeweils kurz rühren, köcheln lassen und warten, bis die Flüssigkeit fast aufgesaugt und verdampft ist. Das dauert 20 bis 25 Minuten. In den letzten fünf Minuten die noch tiefgefrorenen Erbsen dazugeben. Butter unterrühren und mit Parmesa abschmecken.