Kürbis-Risotto mit knusprigem Salbei

Ein cremiges, goldgelbes Risotto mit süßem Hokkaido-Kürbis, frischem Salbei und einem Hauch Zitronenabrieb – vollmundig und elegant. Beim Risotto lohnt sich Geduld: Den Reis kurz anschwitzen, die Flüssigkeit nach und nach einarbeiten und am Ende nur so weit binden, dass das Ergebnis cremig fliesst statt kompakt zu werden. Das Rezept ist auf 4–6 Personen ausgelegt und bleibt trotz kräftigem Geschmack alltagstauglich. Die Arbeitsschritte sind bewusst so aufgebaut, dass sich Vorbereitung und Garzeit gut überschneiden.

4–6 Portionen | 40 Min. | 8 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 320 g Risotto-Reis
- 700 g Hokkaido-Kürbis
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 150 ml Weißwein (optional)
- 1,2 l Gemüsebouillon
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL vegane Butter
- 10 Salbeiblätter
- ½ Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 40 g veganer Hartkäse-Ersatz (optional)

Zubereitung

01 Hälfte des Kürbisses weich dünsten, pürieren. Rest in Würfel schneiden.

02 Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in Öl glasig dünsten. Reis zugeben, kurz anrösten, mit Weißwein ablöschen.

03 Nach und nach Bouillon zugeben, rühren, bis cremig (18–20 Min.).

04 Kürbiswürfel in den letzten 10 Min. mitgaren.

05 Kürbispüree, Butter, Käse und Zitronenabrieb einrühren, abschmecken.

06 Salbeiblätter in Öl knusprig braten und als Topping servieren.