



Romige risotto met courgette

Met bleekselderij, mozzarella en verse basilicum



LA VIEILLE FERME BLANC

La Vieille Ferme is een zachte, ronde Rhôneblend en sluit zowel qua smaak als structuur perfect aan bij deze romige risotto.



Mozzarella *



Geraspte Grana Padano *



Bleekselderij *



Verse basilicum *



Rode ui



Knoflookteen



Rode peper *



Courgette



Risottorijst



Totaal: **35-40** min.



Family



Gemakkelijk



Veggie



Eet binnen **5** dagen



Glutenvrij

Dit recept combineert een typisch Italiaans rijstgerecht met een groente die niet uit de Italiaanse keuken weg te denken is: courgette. Risotto is van zichzelf al romig en door de mozzarella er in de pan al doorheen te roeren, wordt het gerecht nóg romiger. Buon appetito!

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Wok of hapjespan.

Laten we beginnen met het koken van de **romige risotto met courgette**.



1 GROENTEN SNIJDEN

Snipper de **rode ui** en snijd of pers de **knoflook** fijn. Halveer de **bleekselderij** in de lengte en snijd in blokjes (zie tip!). Verwijder de zaadlijsten van de **rode peper** en snijd de **rode peper** fijn. Snijd de **courgette** in blokjes van 2 - 3 cm. Pluk de **basilicumblaadjes** van de takjes, bewaar de takjes en hak de blaadjes fijn. Bereid de bouillon met de **basilicumtakjes** en houd de blaadjes apart.



4 MOZZARELLA SCHEUREN

Scheur ondertussen de **mozzarella** klein.



2 FRUITEN

Verhit ondertussen de boter en olijfolie in een wok of hapjespan en fruit de **rode ui**, **knoflook** en **bleekselderij** 5 minuten op middelhoog vuur. Draai het vuur laag, voeg de **rode peper** en **risottorijst** toe en bak al roerend 1 minuut. Haal de **basilicumtakjes** uit de bouillon en voeg $\frac{1}{3}$ deel van de bouillon toe. Laat de korrels de bouillon langzaam opnemen. Roer regelmatig door.



5 BRENG OP SMAAK

Haal de pan van het vuur. Roer de helft van de **basilicumblaadjes** en de **mozzarella** door de **risotto**. Breng de **risotto** eventueel op smaak met peper en zout.

★ TIP

Wil je liever meer bleekselderij gebruiken, reken dan 2 stengels bleekselderij per persoon.



3 RISOTTO BEREIDEN

Voeg zodra de bouillon door de korrels is opgenomen weer $\frac{1}{3}$ deel van de bouillon toe. Je hebt nu in totaal $\frac{2}{3}$ deel bouillon toegevoegd. Roer de **courgette** door de overige bouillon en voeg toe aan de **risotto**. De **risotto** is gaar zodra de korrel van buiten zacht is en nog een lichte bite heeft van binnen. Dit duurt ongeveer 15 - 20 minuten. Voeg eventueel extra water toe.



6 SERVEREN

Verdeel de **risotto** over de borden, garneer met de overige **basilicumblaadjes** en de **Grana Padano**.

★ TIP

Voeg de basilicumtakjes niet toe aan de risotto. Deze gebruik je puur om de bouillon smaak te geven.

1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode ui (st)	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$	2	$2\frac{1}{2}$	3
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Bleekselderij (stengels) 9) *	1	2	3	4	5	6
Rode peper (st)	$\frac{1}{4}$	$\frac{1}{2}$	$\frac{3}{4}$	1	$1\frac{1}{4}$	$1\frac{1}{2}$
Verse basilicum (takjes) 23) *	5	10	15	20	25	30
Courgette (st)	$\frac{1}{2}$	1	$1\frac{1}{2}$	2	$2\frac{1}{2}$	3
Risottorijst (g)	75	150	225	300	375	450
Mozzarella (g) 7) *	65	125	180	250	375	500
Geraspte Grana Padano (g) 3) 7) *	10	20	30	40	50	60
Roomboter* (el)	1	2	3	4	5	6
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Groentebouillon* (ml)	200	400	600	800	1000	1200
Peper & zout*	Naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3056 / 730	468 / 112
Vet totaal (g)	37	6
Waarvan verzadigd (g)	20,1	3,1
Koolhydraten (g)	74	11
Waarvan suikers (g)	13,1	2,0
Vezels (g)	4	1
Eiwit (g)	24	4
Zout (g)	2,9	0,4

ALLERGENEN

3) Eieren 7) Melk/lactose 9) Selderij
Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze sociale mediakanalen.



Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.

www.hellofresh.nl
www.hellofresh.be

WEEK 22 | 2017

