

Spargelrisotto



vegetarisch

kleinkindtauglich

Zutaten für 4-5 Portionen:

- 200 g Risottoreis
- 500 g Spargel
- 1 kleine Zwiebel
- 2 EL Olivenöl extra vergine
- 2 EL Butter
- 800 ml Spargelsud
- 1 TL weißer Balsamicoessig (als Weinersatz)
- 60 g Parmesan
- wenn vorhanden: einige Safranfäden
- Pinienkerne oder bunt gemischte Kerne (nicht für Kinder U3)

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 20 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 30 Minuten

So machst du das Spargelrisotto selber

1. Bereite zuerst den Spargel zu: Wenn du weißen Spargel nimmst, musst du ihn schälen, grünen Spargel wäschst du nur. Schneide die Enden ab und schneide die Spargelstangen in kleine Stücken. Gib sie mit reichlich Wasser in einen Topf, füge etwas Salz hinzu und lasse sie für 5 Minuten köcheln.
2. Schäle in der Zwischenzeit die Zwiebel und würfel sie sehr klein.
3. Nimm einen großen Topf, gib das Olivenöl und die Butter hinein und schwitze die Zwiebel darin an. Rühre den Reis ein und dünste ihn kurz mit.

4. Gieße den Spargel durch ein Sieb und fange den Spargelsud dabei auf. Füge ihn nun nach und nach zum Risotto. Gib dabei immer nur so viel zu, dass der Reis leicht quackert und gieße nach, wenn die Körner die Flüssigkeit aufgesogen haben. Hast du Safranfäden, so rühre sie nun auch ein. Füge den Balsamicoessig hinzu.
5. Wenn dein Reis bissfest ist, rührst du den Parmesankäse und die Spargelstücke unter.
6. Schmecke dein Spargelrisotto dann mit Salz ab. Wer mag, kann auch etwas geriebene Zitronenschale hinzufügen.
7. Röste einige Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl und bestreue dein Risotto damit.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

