

## Risotto z pieczoną dynią



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>dynia</b>	(hokkaido)
<b>Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat</b>	
<b>Pieprz kolorowy Prymat w młynku</b>	
<b>rozmaryn</b>	1 łyżeczka
<b>olej</b>	3 łyżki
<b>ząbki czosnku</b>	2
<b>cebula</b>	1
<b>ryż arborio</b>	200 g
<b>białe wino</b>	100 ml
<b>bulion</b>	400 ml
<b>masło</b>	1 łyżka
<b>śmietana 18 proc</b>	150 ml (słodka)
<b>parmezan</b>	
<b>szpinak</b>	1 garść
<b>oliwa</b>	
<b>kwaśna śmietana</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Dynię kroimy na 4 części, czyścimy z pestek za pomocą łyżki. Usuwamy też wewnętrzne włókna i nacinamy każdy kawałek w kratkę.

Dzięki temu przypraw łatwiej dotrze do wnętrza, a dynia szybciej się upiecze.

Tak przygotowaną dynię kładziemy na blaszce do pieczenia, delikatnie polewamy olejem, przyprawiamy suszonym rozmarynem i doprawiamy solą i pieprzem. Pieczemy przez 40 minut w temperaturze 180 stopni.

W międzyczasie przygotowujemy podstawę do risotto.

W szerokim garnku rozgrzewamy olej, dodajemy czosnek, cebulę pokrojoną w kostkę i ryż. Całość smażymy na średnim ogniu, ciągle mieszając. Następnie dodajemy białe wino, bulion, doprawiamy solą i pieprzem i gotujemy pod przykryciem na delikatnym ogniu przez około 20 minut. Do ugotowanego ryżu wlewamy 200 ml bulionu dodajemy masło, słodką śmietankę i 1/4 upieczonej dyni. Ważne jest, żeby dynia się rozpadła i połączyła z risotto. Całość gotujemy przez około 5-7 minut. Kiedy ryż będzie miękki dodajemy resztę dyni i szpinak. Delikatnie mieszamy i ściągamy z ognia.

Tak przygotowane risotto podajemy z kwaśną śmietaną, oliwą i startym parmezanem.