

Risotto z pieczoną dynią



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

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

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Dynię kroimy na 4 części, czyścimy z pestek za pomocą łyżki.

Usuujemy też wewnętrzne włókna i nacinamy każdy kawałek w kratkę.

Dzięki temu, przyprawy łatwiej dotrą 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.