

Chřestové rizoto



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 55min , Porce: 3

425 kalorií , **0 g** cukrů , **31 g** tuků , **19 g** bílkovin

Autor: oriestok

Odkaz: <https://srecepty.cz/chrestove-rizoto>

Příprava

Cibuli nakrájíme najemno a opečeme na oleji. Po chvíli přidáme neumytou rýži s rozmarýnem a chvíli opékáme. Po částech zaléváme vývarem tak, aby byla rýže vždy jen ponořená, často mícháme. Zhruba po deseti minutách varu přidáme se zbytkem vývaru očištěný chřest nakrájený na kousky a vaříme dalších 5 minut. Osolíme a na závěr vmícháme strouhaný parmezán.

Ingredience

- 450 g chřestu
- 300 g krátkozrné rýže
- 800 ml zeleninového bujónu
- 40 g strouhaného Parmezánu
- 1 cibule
- 3 lžíce olivového oleje
- 1 lžíce rozmarýnu

Kategorie

Česká, Rodina, Hlavní chod