

Dýňové risotto se šalvějí a cuketou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 40min , Porce: 1

325 kalorií , **1 g** cukrů , **16 g** tuků , **1 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/dynove-risotto-se-salveji-a-cuketou>

Příprava

Očištěnou dýni a cuketu nakrájíme na kostky velké cca 1 až 2 cm. Na rozehřáté pánvi restujeme na olivovém oleji se šalotkou až do změknutí, poté přidáme zeleninový vývar a šalvěj. Připravenou uvařenou rýži Arborio přidáme na pánev a necháme povařit cca 2 minuty. Nakonec přidáme máslo a mícháme až do zahuštění risotta. Ještě přidáme pár kapek lanýžového oleje a před servírováním posypeme hoblinami parmezánu.

Ingredience

- ✓ 50 g dýně
- ✓ 50 g cukety
- ✓ 2 listy šalvěže
- ✓ rýže Arborio
- ✓ 1 šalotka
- ✓ zeleninový vývar
- ✓ 20 g másla
- ✓ parmezán
- ✓ lanýžový olej
- ✓ sůl
- ✓ pepř

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Obiloviny, těstoviny a rýže, Zelenina, Hlavní chod

