



Romige paddenstoelenrisotto

met balsamico geglaceerde witlof



30-40min



2 personen

De witlof dankt zijn mooie witte kleur aan het feit dat hij in het donker geteeld wordt, want zelfs het kleinste beetje licht geeft de groente een groene was. In dit gerecht pronkt de witlof, geglaceerd in balsamico, bovenop een bord romige risotto. Aan de risotto hebben we herfstige paddenstoelen toegevoegd; zo eet je extra veel groente en wordt de iets bittere smaak van de witlof fijn gemaskeerd.

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 5g verse tijm
- 200g risottorijst
- 1x paddenstoelenmix: kastanjechampignons & oesterzwammen
- 1 zakje walnoten ¹⁵
- 1 flesje balsamicoazijn ¹²
- 1x witlof
- 2 blokjes Italiaanse harde kaas ^{3,7}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- honing of suiker

Kookgerei

- grote koekenpan of wok
- grote koekenpan
- maatbeker
- waterkoker
- fijne keukenrasp

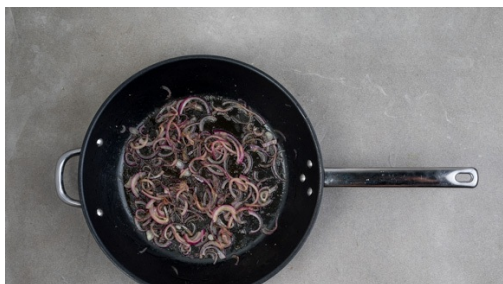
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

eieren (3), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

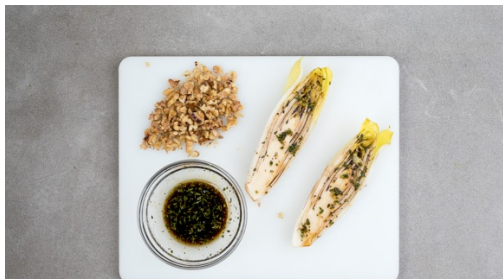
Voedingswaarde per portie

calorieën 718kcal, vet 27.3g, koolhydraten 91.5g, eiwit 23.9g



1. Ui bakken

Breng 700ml water in een waterkoker aan de kook en los het **bouillonpoeder** in het water op. Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Pel en hak de **knoflook** fijn. Verhit 1-2el olijfolie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **ui** met een snuf zout in 2-3min glazig.



4. Witlof voorbereiden

Hak de **walnoten** grof en rooster ze in een droge, grote koekenpan in 1-2min op middelhoog vuur goudbruin. Schep de **noten** uit de pan en zet opzij tot stap 6. Meng 1-2tl olijfolie met **1el balsamicoazijn**, 1tl honing of suiker, de **helft van de tijm**, 1/4tl zout en peper. Snijd de **witlof** in de lengte doormidden en bestrijk het snijvlak met de **marinade**.



2. Risotto starten

Pluk de **tijmblaadjes** en hak ze evt. fijn, doe de steeltjes weg. Voeg de **risottorijst** en **knoflook** aan de pan toe en bak al roerend 1min tot de **korrels** glazig zijn. Voeg een **soeplepel bouillon** toe en kook al roerend tot de **bouillon** is opgenomen en herhaal de stap.



5. Witlof bakken

Verhit de walnotenpan opnieuw op middelhoog vuur. Bak de **witlof** op de snijkant in 6-7min gaar. Voeg tijdens het bakken 2-3el water aan de pan toe om de bittere smaak van de **witlof** iets te verminderen. Zet het vuur indien nodig iets lager. Bak 1-2min langer voor zachtere **witlof**.



3. Paddenstoelen toevoegen

Snijd de **kastanjechampignons** in dunne plakjes en scheur de **oesterzwammen** grof. Voeg de **paddenstoelen** aan de risottopan toe zodra de **helft van de bouillon** is toegevoegd en blijf **bouillon** toevoegen tot de **risotto** beetgaar is. De totale kooktijd is 20-25min.



6. Risotto afmaken

Rasp de **kaas** fijn. Roer de **kaas** met evt. 1el boter door de **risotto** en breng hem op smaak met peper en evt. zout. Schep de **risotto** op en leg er de **witlof** bovenop. Bestrooi met de **walnoten** en de **rest van de tijm**. Besprenkel evt. met de **overgebleven balsamico**.