

DINNERLY



Size+ Venkelrisotto met gebakken feta met courgette en harde kaas



30-40min



2 personen

Feta uit de oven is een feestje: het smelt niet, maar het wordt goudbruin en boterzacht, wat natuurlijk enorm goed smaakt. Probeer het vandaag zelf met deze fetapakketjes. En terwijl die in de oven zitten, maak jij een aromatische venkelrisotto met courgette en (nog meer!) kaas.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 venkel
- 1 courgette
- 10g groentebouillonpoeder
- 200g risottorijst
- 2 zakjes Italiaanse kruidenmix
- 100g feta ⁷
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 2el boter ⁷
- peper en zout
- olijfolie

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- waterkoker
- keukenrasp
- maatbeker
- aluminiumfolie

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

ALLERGENEN

eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 767kcal, vet 35.9g, koolhydraten 89.3g, eiwit 21.1g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pluk evt. aanwezig **venkelgroen** en houd apart voor de garnering. Snij de **venkel** in de lengte doormidden en dan in de breedte in hele dunne reepjes. Snij de **courgette** in plakken van ca. 1cm dik.



2. Groenten bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 2el boter. Voeg de **venkel** en **courgette** toe met een flinke snuf zout en bak ca. 6min. Pel en hak 1 teen knoflook, of druk door een knoflookpers. Breng 600ml water aan de kook in een waterkoker en los de **helft van het bouillonpoeder** op in het gekookte water.



3. Risotto maken

Voeg de **rijst**, de **helft van de Italiaanse kruidenmix** en de knoflook toe aan de koekenpan en bak 1-2min. Voeg dan telkens een **scheut bouillon** toe en kook al roerende tot alle vloeistof is opgenomen. Draai het vuur lager als de **rijst** dreigt aan te bakken. Herhaal 18-20min, tot de **bouillon** op is en de **rijst** beetgaar is. Gebruik water als je **bouillon** te kort komt.



4. Feta voorbereiden

Halveer de **feta**. Leg een klein stukje bakpapier (15x15cm) op een iets groter stuk aluminiumfolie (20x20cm) en leg de **stukken feta** erop. Besprenkel met 1el olijfolie en bestrooi met de **rest van de Italiaanse kruidenmix**. Vouw het pakketje dicht door punten van de aluminiumfolie bij elkaar te brengen en samen te drukken.



5. Feta bakken

Bak het **fetapakketje** ca. 10min in de oven. Maak dan de folie open en bak nog ca. 5min, tot de **feta** goudbruin is. Hak het **venkelgroen** fijn en rasp de **harde kaas** fijn. Breng de **risotto** op smaak met de **helft van de geraspte kaas**, zout en peper. Verdeel over diepe borden, top met de **feta** en bestrooi met het **venkelgroen** en de **rest van de kaas**.



6. Groen, groener, groenst

Heb je een venkel zonder loof? Geen paniek, je kunt het makkelijk weglaten. En je hebt je handen toch wel vol aan je risotto en gebakken feta. Toch zin in een frisse topping, dan kun je werkelijk alle kanten op: peterselie, dille, basilicum... Zelfs een dot rucola werkt prima. Zo lang het maar groen is!