

DINNERLY



Fit+ Risotto met zelfgemaakte pesto met gebakken champignons en cherrytomaat



30-40min



2 personen

Sommige mensen zijn een beetje bang voor risotto omdat ze denken dat dit Italiaanse rijstgerecht ingewikkeld en erg tijdrovend is. Maar die reputatie is onverdiend. Oké, je moet je aandacht er een beetje bij houden, maar je zult zien dat je werk rijkelijk beloond wordt. Deze oh-zo-lekkere risotto met rucola-walnoten-pesto, champignons en tomaatjes zal bij iedereen in de smaak vallen én je lijkt direct een erg ervaren chef!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 250g champignons
- 250g cherrytomaten
- 200g risottorijst
- 50g rucola
- 25g walnoten¹⁵
- 1 blokje harde kaas^{3,7}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie
- balsamicoazijn¹⁷

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- staafmixer met beker

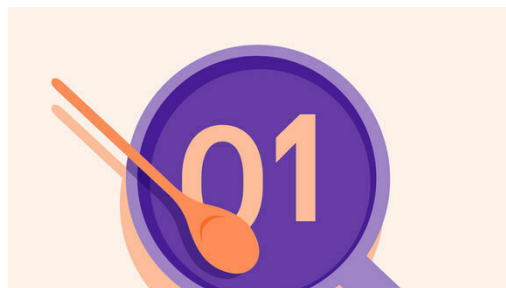
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

eieren (3), melk (7), noten (15), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

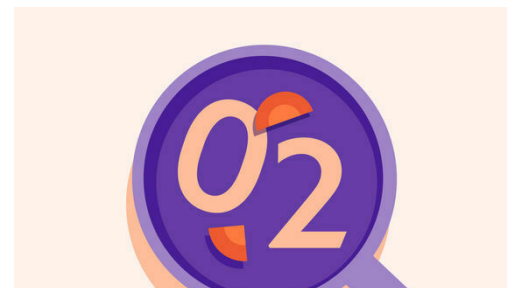
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 796kcal, vet 39.9g, koolhydraten 93.0g, eiwit 17.7g



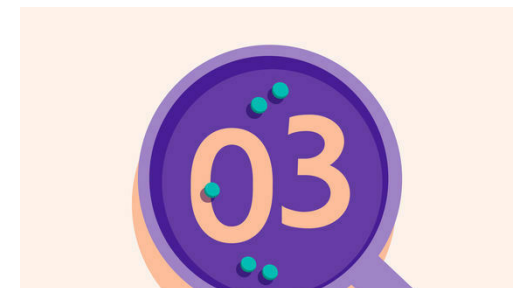
1. Ingrediënten voorbereiden

Los het **bouillonpoeder** op in 1L heet water. Borstel evt. de **champignons** en snij ze doormidden (de grotere in kwarten). Snij de cherrytomaten ook doormidden. Pel 1 teen knoflook en snij fijn. Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie.



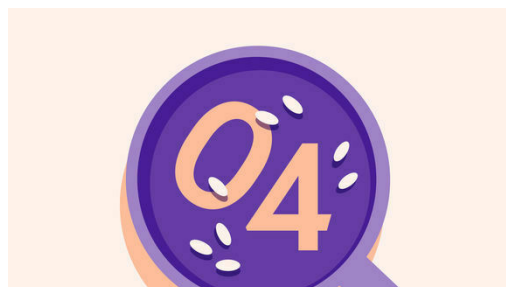
2. Risotto maken

Voeg de **rijst** en de helft van de knoflook toe en bak in 1-2min glazig. Blus af met een beetje **bouillon** en roer regelmatig zodat de **rijst** niet aanbakt. Herhaal dit ca. 22min tot de **bouillon** op is en de **rijst** beetgaar is. Proef tussendoor: het kan zijn dat de **rijst** al gaar is voordat de **bouillon** op is – voeg scheutjes heet water toe als je juist **bouillon** tekort komt.



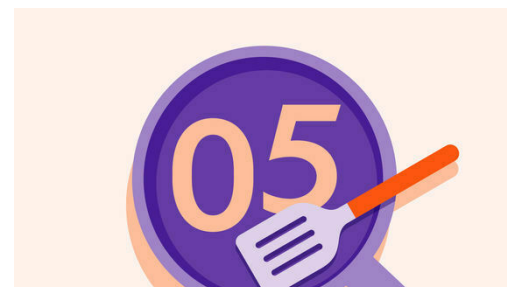
3. Pesto maken

Doe de **helft van de rucola**, de **walnoten**, 2el olijfolie en een flinke snuf peper en zout in een hoge (maat)beker en pureer tot een gladde **pesto**. Rasp de **kaas** grof.



4. Champignons bakken

Verhit een droge, middelgrote anti-aanbak koekenpan. Bak de **champignons** 4-7min, tot ze vocht beginnen af te geven. Voeg de rest van de knoflook toe en bak ca. 1min mee.



5. Afmaken en serveren

Roer de **pesto** en **kaas** door de **risotto** en breng verder op smaak met peper en zout. Meng de **rest van de rucola** met 2tl olijfolie en 2tl balsamicoazijn. Proef en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de **risotto**, **champignons** en **tomaten** over borden en garneer met de **rucola**.



6. Risotto voor volwassenen

Als er geen kinderen mee-eten kan het leuk zijn om de risotto nog lekkerder te maken met een klein beetje wijn. Wij gaan het liefst voor een droge witte, maar het staat je vrij te experimenteren – rood kan ook erg lekker zijn. Roer als je de eerste scheut bouillon bij de rijst doet ook 1-2el wijn mee en je zult zien dat er ineens andere smaken naar voren komen.