



290 gram
groenten per
portie *

Smeuïge tomatenrisotto met mozzarella

walnoten en rucola

Een perfecte risotto maken is niet moeilijk, maar het vergt wel wat oefening én je moet erbij blijven. De twee belangrijkste regels om te onthouden bij het maken van risotto zijn: heb geduld en blijf roeren. De risottorijst neemt tijdens het roeren rustig de bouillon in zich op. Door het roeren laten de rijstkorrels zetmeel los en krijg je een romige risotto. Heb je nog tijd over: laat de risotto afgedekt nog 10 minuten verder garen.

40 min | 762 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Rode ui	st	1	2	2	3
Knoflookteen	st	1	2	2	3
Risotto	g	75	150	225	300
Trostomaten	g	200	400	700	800
Walnoten	g	15	25	50	50
Mini mozzarella	g	75	150	250	300
Rucola	g	50	75	125	150
zelf toevoegen:					
Bouillon	ml	200	400	600	800
Olijfolie	el	1	2	3	4
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Pel en snipper de ui en knoflook. Was de risotto in een zeef onder de kraan. Bereid de bouillon.
2. Verhit olie in een bakpan met dikke bodem en fruit de ui en knoflook 2 minuten. Voeg de risotto toe en bak 2 minuten mee. Blus vervolgens af met bouillon en laat op een middelhoog vuur zachtjes pruttelen. Roer regelmatig zodat de risotto niet aanbrandt. Na circa 20-25 minuten is het vocht opgenomen.
3. Was intussen de tomaat en snijd klein. Voeg halverwege toe aan de pan en kook zachtjes mee. Het uiteindelijke resultaat mag smeuijg zijn. Proef en breng op smaak met zout en peper.
4. Hak de walnoten grof en rooster in een droge bakpan op een laag vuur. Laat de mozzarella uitlekken.
5. Verdeel de tomatenrisotto over de borden en strooi de mozzarella, walnoten en kleingesneden rucola erover.

Tip: De risotto is ook erg lekker met een scheutje olijfolie extra vierge of pittige peper olie.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

