

Risotto bianco met hazelnootdukkah

bloemkoolroosjes en venkel

Risotto bianco staat voor witte risotto en wordt lekker romig gemaakt door bijvoorbeeld mascarpone of crème fraîche. We voegen heerlijke bloemkoolroosjes en venkel toe voor een heerlijke maaltijd. Erbij dukkah: dit is een kruidig mengsel uit het Midden-Oosten dat heel goed past bij deze risotto. Je kunt hiervoor verschillende soorten noten en zaden gebruiken, deze keer gebruik je hazelnoot, sesamzaad en citroen-kerriekruiden. Je krijgt bij dit gerecht ongepelde hazelnoten van Bomenland, dus neem ruim de tijd in om ze te pellen. Bomenland zorgt voor meer biodiversiteit rondom boerenvelden, door middel van notenbomen. De oogst was vanwege de droogte beperkt, dus het is zolang de voorraad strekt!

35 min | 754 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
Hazelnoten	g	50	125	200	250
Ui	st	0.5	1	2	2
Knoflookteen	st	0.5	1	2	2
Venkel	st	0.5	1	1	2
Bloemkoolroosjes	g	100	200	400	400
Risotto	g	75	150	225	300
Boeren crème fraîche	ml	50	100	125	200
Sesamzaadjes	g	10	20	25	40
Citroen-kerriepoeder	tl	1	2	3	4
zelf toevoegen:					
Bouillon	ml	300	600	900	1200
Olijfolie	el	0.5	1	1.5	2
Gedroogde oregano	tl	0.5	1	1.5	2
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. Verwarm de oven voor op 200 °C. Zorg dat de oven goed heet is. Leg de hazelnoten op een bakplaat of ovenschaal en rooster 10-15 minuten in de schil. Je kunt de hazelnoten ook zonder te roosteren eten, maar dit maakt het net even iets lekkerder!
2. Bereid de bouillon. Pel de ui en snijd in ringen. Pel de knoflook en snijd fijn. Verwijder de harde onderkant van de venkel (bewaar het loof!) en snijd de venkel in stukjes. Snijd eventuele grote bloemkoolroosjes kleiner.
3. Verhit olie in een ruime bakpan en fruit de ui, knoflook, bloemkool en venkel 2-3 minuten. Spoel de risotto in een zeef onder de kraan en bak 2 minuten mee. Schenk de bouillon erbij totdat de risotto net onder water staat. Roer regelmatig en laat de risotto het water opnemen. Herhaal dit totdat alle bouillon is opgenomen en de risotto beetgaar is. Dit duurt 25-30 minuten. Zet eventueel het vuur wat hoger als de risotto te vochtig blijft of voeg wat water toe als de risotto te droog is. Maak de risotto smeuïg met de crème fraîche en breng op smaak met zout en peper (en eventueel een beetje balsamico-azijn).
4. Haal de hazelnoten uit de oven en laat afkoelen. Gebruik een notenkraker, hamer of stevige pan om de hazelnoten uit hun schil te halen. Hak eventueel de noten grof en meng samen met de sesamzaadjes, citroen-kerriepoeder (naar smaak) en gedroogde oregano voor de dukkah.
5. Verdeel de risotto over de borden samen met het loof van de venkel. Strooi als laatste de dukkah erover.

Tip: Je kunt altijd de groente apart roosteren of bakken voor meer bite in je gerecht.

Biologisch

info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief