

Recepty



Dýňové rizoto s tymiánem

Ingredience

kulatozrnná rýže (např. Arborio): **150 g**
dýně (Hokkaidó nebo máslová): **150 g**
snítky tymiánu: **2 ks**
cibule: **1 ks**
stroužky česneku: **2 ks**
zeleninový vývar: **600 ml**
suché bílé víno: **80 ml**
nastrouhaný parmezán: **2 PL**
olej: **1 PL**
máslo
sůl

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Dýni nakrájíme na menší kostičky. Pokud použijeme dýni Hokkaidó, nemusíme ji loupat, ostatním druhům dýně ale slupku oloupeme. Cibuli a česnek nakrájíme nadrobno, zeleninový vývar ohřejeme. Na hlubší pánvi rozežřejeme olej, na něm rozpustíme lžící másla a necháme zesklovatět cibuli. Přidáme dýni,...

Dýňové rizoto s tymiánem - recept

Dýni nakrájíme na menší kostičky. Pokud použijeme dýni Hokkaidó, nemusíme ji loupat, ostatním druhům dýně ale slupku oloupeme. Cibuli a česnek nakrájíme nadrobno, zeleninový vývar ohřejeme. Na hlubší pánvi rozežřejeme olej, na něm rozpustíme lžici másla a necháme zesklivatět cibuli. Přidáme dýni, česnek a orestujeme. Přisypeme rýži, kterou **necháme obalit tukem a krátce orestovat**.

Přidáme lístky tymiánu, zalijeme bílým vínem a **necháme vypařit alkohol**. Dále přilijeme naběračku vývaru a tekutinu necháme vsáknout do rýže. Přidáme další část vývaru a postup opakujeme až do chvíle, kdy je rýže měkká. Podle potřeby dosolíme a zjemníme lžicí másla.

Dýňové rizoto s tymiánem nakonec promícháme s trochou nastrouhaného parmezánu.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí