



Risotto mit Rauke, Pinienkernen, Knoblauch und Garnelen

- **Portionen:** 2
- **Vorbereitungszeit:** 7m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 22m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '22', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '7m', 'servings' : '2', 'yield' : '' });
```

Fertig unter 20 Minuten, Naturbelassen, gesund, schnelle, herzhafte Küche

Zutaten

- 150 g Garnelen ohne Schale und Darm, küchenfertig
- Einige Tropfen Zitronensaft
- 150 g Risottoreis
- 400 ml Gemüsebrühe
- 100 ml trockener Weißwein
- 3 Bunde Rauke, verlesen, gewaschen, grob gehackt
- 2 kleine Zwiebeln, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- 2 El Olivenöl
- 30 g geröstete Pinienkerne
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Der Rauke Risotto:

Schritt2

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch und der Hälfte der Rauke in 1 El Olivenöl anschwitzen.

Schritt3

Den Reis dazu geben, 1-2 min. mit anschwitzen und den Weißwein aufgießen, fast völlig reduzieren lassen.

Schritt4

Dabei reichlich rühren, rühren und nach und nach die heiße Brühe nach gießen.

Schritt5

Ca. 12 min. "bissfest-schlotzig" kochen, salzen, pfeffern und die restliche Rauke dazu geben.

Schritt6

Die Garnelen:

Schritt7

Die Garnelen unter fließendem Wasser waschen, wieder trocken tupfen. Leicht mit Zitronensaft marinieren, salzen, pfeffern.

Schritt8

In einer Stielpfanne, mit 1 El Öl, bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1 min. anbraten.

Schritt9

Die Pfanne zurück ziehen und die Garnelen mit der Restwärme durchziehen lassen, glasig halten.

Schritt10

Anrichtevorschlag:

Schritt11

Den Rauke Risotto portionieren und mit den Pinienkernen bestreuen, obenauf die Garnelen setzen.

Rezeptart: Schnelle Rezepte **Tags:** naturbelassen, Schnelle, herzhafte Küche, unproblematisch, unter 20 Minuten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/risotto-mit-rauke-pinienkernen-knoblauch-und-garnelen/>