

INGREDIËNTEN

Voor 2 personen
150 gr risottorijst
300 gr rode bieten
70 gr geitenkaas
30 gr walnoten
1 ui
1 teentje knoflook
1 groente bouillonblokje
0,5 theelepel gedroogde tijm

BIETENRISOTTO MET GEITENKAAS

Bevat per portie: Kcal: 592 | Eiwit: 17,8 gr | Koolhydraten: 75,7 gr | Vet: 23,0 gr | Vezels: 7,3 gr

ZO MAAK JE HET

• Maak 0,6 liter bouillon van het bouillonblokje en houd dit op laag vuur tegen de kook aan.
• Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Verhit een scheut olijfolie in een hoge pan en fruit de ui en knoflook een paar minuten aan.
• Voeg de risotto toe en bak deze twee minuten zachtjes mee terwijl je goed roert. Voeg op het eind de tijm toe.
• Voeg nu een scheutje van de bouillon toe en wacht tot deze bijna volledig is opgenomen door de risottorijst. Herhaal dit ongeveer 20 minuten tot de risotto gaar is. Blijf wel regelmatig roeren.
• Tijdens het koken van de risotto kun je de rode bieten in kleine blokjes van ongeveer 0,5 x 0,5 centimeter snijden.
• Zodra de risotto gaar is roer je de bieten erdoor en laat je alles op laag vuur nog even goed doorwarmen. Proef even en maak eventueel op smaak met peper en zout.
• Verdeel de bietenrisotto over twee borden. Hak de walnoten grof en verdeel dit samen met de verkruimelde geitenkaas over de borden.

TIPS EN TRICKS

• Je kunt de risotto na het bakken ook eerst afblussen met een scheut witte wijn. Drink je zelf geen wijn dan kun je de overige wijn ook invriezen om te gebruiken in andere recepten. Vries porties van ongeveer 100 ml in.
• Trek handschoenen aan als je de bieten gaat snijden. Zo voorkom je dat je rode handen krijgt die niet zo makkelijk weer schoon worden. Heb je geen handschoenen? Smeer je handen dan goed in met olie (bv. olijf of zonnebloem). Zodra je klaar bent met de bieten was je je handen grondig met zeep en is er niets meer aan de hand. Mits je je handen echt goed hebt ingesmeerd.