



## Risotto mit roter Bete

Schritte: 9

Schwierigkeitsgrad: Mittel

### Zutaten

4 Portionen

320 g	Risottoreis	4 Stück	Rote Bete
800 ml	Gemüsebrühe	100 ml	Weißwein
1 EL	gehackter Knoblauch	4	Schalotten
120 g	Parmesan	150 g	Butter
	Sonnenblumenkerne	50 ml	Olivenöl
	brauner Zucker		Salz, Pfeffer
125 g	Wildkräutersalat		

### Zubereitung

1. Rote Bete gründlich von Erdresten befreien, abwaschen und in gesalzenem Wasser für ca. 1 Stunde weich kochen.  
Je nach Größe variieren die Zeiten.
2. Nach dem Kochen Rote Bete aus dem Wasser nehmen und in 1 cm große Würfel schneiden.  
**WICHTIG: Rote Bete-Kochwasser nicht wegschütten.**
3. Sonnenblumenkerne mit braunem Zucker in einer Pfanne langsam karamelisieren, sodass der Zucker flüssig wird und die Kerne umhüllt. Sobald alles eine schöne goldbraune Farbe erhält, Kerne zum abkühlen auf Backpapier setzen.
4. Schalotten und Knoblauch in feine Würfel schneiden. In etwas Olivenöl hell anschwitzen und Risottoreis dazugeben. Ebenfalls hell mit anschwitzen.
5. Mit Weißwein ablöschen und komplett auf mittlerer Hitze einreduzieren lassen.
6. Gemüsebrühe und etwas von dem Rote Bete-Kochwasser angießen und weiter auf mittlerer Hitze unter stetigem rühren ca. 20 Min. köcheln lassen. Sollte zu schnell Flüssigkeit reduzieren, jeweils etwas Gemüsebrühe und Rote Bete-Kochwasser angießen.
7. Rote Bete Würfel zugeben.
8. Risotto von der Hitzequelle entfernen, Butter und Parmesan unterheben. Nach Bedarf würzen.
9. Risotto anrichten, mit Wildkräutersalat und Sonnenblumenkernen garnieren.

## Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt

Hast du Lust bekommen, das Rezept auszuprobieren? Dann nichts wie auf zu Selgros! Dort findest du alle **Zutaten für dein Lieblingsrezept**, die du zum Nachkochen brauchst. In unseren Märkten findest du erstklassige Produkte, um dieses und andere Rezepte nachzukochen – von frischem Obst und

Gemüse über erstklassige Fisch- und Fleischspezialitäten bis hin zu besonderen Zutaten, Gewürzen, Ölen und mehr. Mit einer riesigen Auswahl von mehr als 60.000 Artikeln auf Verkaufsflächen von bis zu 11.000 Quadratmetern decken wir an **38 Standorten** in ganz Deutschland den Bedarf von Einzelhändlern, Selbständigen, Freiberuflern, Vereinen, Kleinunternehmern, Gastronomen, Handwerkern und anderen Gewerbetreibenden. Schau dir noch schnell unsere aktuellen Angebote an – es lohnt sich!

**UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE**

## Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Entdecke viele weitere Rezepte bei Selgros: Wir haben für dich eine **große Auswahl** an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Hier wirst du garantiert fündig! Du kannst in unserer **Rezeptsuche** ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren. In unserem **Filter** findest du alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte **zum Kochen und Backen** auswählen und stöbern.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen.

Lass dich von unserer Rezeptvielfalt inspirieren und finde dein neues Lieblingsrezept. Wir wünschen dir **viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen.**

**WEITERE REZEPTE ENTDECKEN**