



Tálalás: **4 főre**

Előkészítés: **20 perc**

Elkészítés: **180 perc**

Rákóczi Feri

SÜTŐTÖKÖS RIZOTTÓ LASSAN SÜLT LIBAZÚZÁVAL

Fenséges tökös rizottóba zárt mennyei őszi ízek, egy nem mindennapi, de annál finomabb feltéttel! Az elkészítése kitartást kíván, mert ez nem egy félórás összedobom ebéd, de a türelem ez esetben is több mint kifizetődő.

HOZZÁVALÓK

500 g sütőtök
400 g risotto - tehát
kerek szemű - rizs
70 g vaj
2 fej vöröshagyma

1 dl száraz fehér bor
1 liter zöldség alaplé
1 csipet só
1 csipet őrölt fekete
bors

1 kevés olívaolaj
3+4 gerezd fokhagyma
1 evőkanál méz
50 g parmezán
8 db libazúza
fél kg libazsír

1 szál sárgarépa
1 szál fehérrépa
3 szál friss kakukkfű
1 db babérlevél
ALLERGÉNEK
laktóz

- 1 A megtisztított zúzat az aprított zöldségekkel együtt tedd egy lábasba, öntsd rá a felolvasztott zsírt és egy pohár vizet. Sózd, borsozd, mehet mellé a kakukkfű és a babérlevél is. Szorosan fedd le alufóliával, plusz mehet rá egy fedő is.



- 2 Tedd be 150 fokos sütőbe 2,5 órára, vagy konfitáld a tűzhelyen, lassan gyöngyöztetve, a lényeg, hogy a végén puha legyen a hús.



- 3 A sütőtököt megtisztítva kockázd fel, majd tedd egy sütőpapírral bélelt tepsibe. Öntözöd meg egy kevés olívaolajjal és a mézzel.



- 4 180 fokos sütőben 20 percig süssd. Ha kész, a fele mennyiséget turmixold le.

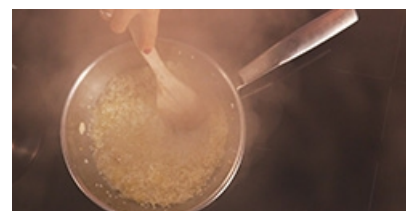
- 5 Egy vastag aljú lábasban melegítsd meg az olívaolajat, és párold meg benne a hagymát. Add hozzá a fokhagymát és a rizst, majd alaposan forgasd át, hogy minden rizsszemet bevonjon az olaj.



- 6 Ekkor öntsd hozzá a fehérbort, és folyamatosan kavargatva főzd egy percre, majd kezd el szépen hozzáadni a forró alaplevet. Fontos, hogy az alaplé mindig forró legyen! Mindig annyi alaplé legyen a rizsen, hogy éppen ellepje.



- 7 A főzési idő felénél - kb 10 perc - add hozzá a pürésített tököt, majd 5 perc elteltével a kockákat.



- 8 20 perc alatt kész is, nem szabad, hogy túl puha legyen a rizs, és az is fontos, hogy krémes állagú legyen. Ekkor add hozzá a hideg vaját és a reszelt parmezánt, széles, lendületes mozdulatokkal keverd el, pár percig pihentesd.



- 9 A felszeletelt konfitált zúzával együtt tálald.



**Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!**

