



#102327282 | © Shutterstock - shutterstock.com

Pilz-Risotto

Zubereitung

Die Schalotte schälen und fein hacken. Die Pilze putzen und in Scheiben schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, die Schalotten bei mittlerer Hitze anbraten, Pilze hinzugeben und kurz köcheln lassen. Hitze reduzieren, Reis hinzufügen und kurz anbraten. Mit Wein ablöschen und dann nach und nach die Brühe und Fresubin® 2 KCAL Drink Champignon hinzugeben. Auf niedriger Stufe kochen lassen bis der Reis die Flüssigkeit aufgenommen hat.

Zum Schluss Butter und geriebenen Parmesan zum Reis geben und mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen.

Hauptgericht

Level ☒ ☐ ☐ ☐



2



40 Min.

Zutaten

200 ml	Fresubin® 2 KCAL Drink Champignon*
1	Schalotte
50 g	Pilze
1 EL	Pflanzenöl
100 g	Risotto Reis
200 ml	Gemüsebrühe
25 g	Parmesankäse
1 EL	Butter
Salz, Pfeffer, Frische Petersilie	

Nährwerte pro Portion

Energie	582 kcal
Eiweiß	21 g
Fett	25 g
Kohlenhydrate	67 g

* Geschmacksrichtung. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei bestehender oder drohender Mangelernährung.

(10.23/SG/FKD)