



Ofen-Risotto vom Walisisches Lamm (g.g.A.) mit Sommergemüse und frischen Kräutern

Zutaten

- 450 g Schulter-, oder Keulensteaks vom Walisischen Lamm, in Würfel geschnitten
- 15 ml (1 EL) Olivenöl
- etwas Butter
- 1 Stange Lauch, gewaschen und in Scheiben geschnitten
- 225 g Arborio-Risottoreis
- schwarzer Pfeffer
- 600 ml – 900 ml Lammbrühe
- 1 Zucchini, in feine Scheiben geschnitten
- 50 g feine grüne Bohnen
- 30 g (2 EL) frischer Dill oder frischer Basilikum, grob gehackt
- 30 g frische Minze, grob gehackt
- 50 g (2 EL) gefrorene grüne Erbsen, aufgetaut
- 25 g (2 flache EL) geriebener Parmesankäse

Zubereitung

1. Ofen auf 180 °C vorheizen.
2. In großer Pfanne Öl und Butter erhitzen. Fleischwürfel und Lauch hinzugeben und alles 2 – 3 Minuten lang anbraten. Als nächstes Reis hinzufügen und alles gut verrühren. Heiße Lammbrühe dazugeben und alles zum Kochen bringen.
3. Mischung in ofenfeste Form geben, mit ofenfestem Deckel oder Folie bedecken und für 20 Minuten in vorgeheizten Ofen geben.
4. Erst dann Zucchini und grüne Bohnen untermengen. Zugedeckt weitere 10 Minuten garen.
5. Aus dem Ofen nehmen, eventuell etwas mehr Brühe hinzufügen, wenn für die Konsistenz des Risottos nötig.
6. Am Schluss frische Kräuter, grüne Erbsen und Parmesankäse untermischen.



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Portionen: 4

Küche: italienisch

Zuschnitt: Schulter-
oder Keulensteaks