

Risotto-Auflauf mit Schinken aus dem Thermomix



© Risottoauflauf - Rezepte mit Herz



80 Min.



leicht



4 Portionen

Cremiges, klassisches Risottos trifft herzhaften Auflauf.

Risotto mal nicht aus dem Thermomix - alles fix vorbereiten und dann ab in den Ofen!

Das Rezept ist aus unserer Rezeptsammlung **Preiswerte Woche!** Dort findet ihr viele weitere Rezept-Ideen und Tipps für cleveres mixen und sparen - schaut am besten gleich mal rein! Dort findet ihr viele weitere schnelle & preiswerte Rezepte für jeden Tag - maximal 2,50 € pro Portion!



Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>		Frische Zutaten:
<input type="checkbox"/>	80 g	Parmesan
<input type="checkbox"/>	150 g	Risottoreis
<input type="checkbox"/>	250 g	Zuckerschoten
<input type="checkbox"/>	200 g	Kochschinken
<input type="checkbox"/>	100 g	Crème fraîche
<input type="checkbox"/>		Aus dem Vorrat:
<input type="checkbox"/>	1	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	20 g	Öl
<input type="checkbox"/>	400 g	Wasser
<input type="checkbox"/>	1 TL	Gemüsebrühpulver oder - paste
<input type="checkbox"/>	2	Eier
<input type="checkbox"/>		Salz
<input type="checkbox"/>		Pfeffer
<input type="checkbox"/>		Öl für die Form

Zubereitung

1. Parmesan in groben Stücken in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 10 zerkleinern, umfüllen.
2. Zwiebel abziehen, vierteln, in den Mixtopf geben und 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern, mit dem Spatel herunterschieben. Öl zugeben und 2,5 Min./120 °C (TM31: Varoma)/Stufe 1 andünsten. Reis zugeben und weitere 2,5 Min./120 °C (TM31:Varoma)/Stufe 1 andünsten. Wasser und Brühpaste zugeben. Risotto 10 Min./100 °C/ Linkslauf/Stufe 1 köcheln lassen.
3. Inzwischen Zuckerschoten waschen, putzen und schräg in Stücke schneiden. Zum Risotto geben und weitere 5 Min./100 °C/ Linkslauf/Stufe 1 köcheln lassen.
4. Backofen auf 200 °C (180 °C Umluft) vorheizen. Auflaufform (ca. 18 x 24 cm) fetten. Schinken würfeln. Eier trennen. Eigelbe mit Crème fraîche, Hälfte des Parmesans und Schinken zum Risotto geben und 10 Sek./ Linkslauf/Stufe 3,5 unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, umfüllen. Eiweiß mit dem Handrührgerät steif schlagen, unter das Risotto heben. Masse in die Form füllen. Mit Rest Parmesan bestreuen. Im heißen Ofen, auf der 2. Schiene von unten, ca. 45 Min goldbraun backen.

Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 445 kcal - 25 g E - 23 g F - 35 g KH