MEDISCH THUIS
waar alle zorg samenkomt

Medisch Huis 't Rondpunt
Huisartsenpraktijk

Pompoenrisotto

Ingrediënten

- 800 gram blue crown of flespompoen
- 200 gram boschampignons
- 150 gram volkoren risottorijst
- 1 witte ui
- 200 gram baconreepjes
- 500-600 ml water
- 2 teentjes knoflook
- 75 gram Parmesaanse kaas
- 1 tl gedroogde salie
- Hittebestendige olie
- Peper



Bereidingswijze

1. Schil de pompoen, verwijder de zaadlijsten en snijd in blokjes.
2. Kook 500 gram pompoenblokjes gaar in kokend water. Plet vervolgens tot puree.
3. Snipper de ui en pers de look. Doe de ui en de look in een steelpannetje met een scheutje olie. Zet het pannetje op het vuur en laat even bakken.
4. Voeg de risottorijst toe en bak 1 minuut mee. Blus met 500 ml water en laat inkoken tot de risotto gaar. Voeg eventueel nog wat water toe en roer regelmatig.
5. Kuis de champignons en snijd in grove stukken.
6. Bak de champignons, de baconreepjes en de overige pompoenblokjes (300 gram) in een pan tesamen met 1 el olie tot alle ingrediënten gaar zijn.
7. Voeg de pompoenpuree, de Parmesaanse kaas, de champignons, de spekjes en de pompoenblokjes bij de risotto en roer nogmaals om. Kruid met een beetje peper.