

Rote-Bete-Risotto mit Zitronenthymian & Oliventofu

Zutaten

2-3 EL	Pflanzenöl zum Braten	900 ml	Gemüsebrühe
1	(rote) Zwiebel	1 Hand voll	Zitronenthymian
1	Knoblauchzehe	25 g	vegane Butter
400 g	Rote Bete	2-3 EL	Zitronensaft
1 Stk.	Ingwer	4-5 Stk.	entsteinte Oliven
1 EL	Ahornsirup	50 g	Oliventofu
2 EL	Dunkler Balsamico-Essig	250 g	Risotto- Reis
100 ml	Frisch gepresster Orangensaft		

Weiteres:

- Orangenspalten zum garnieren
- Meersalz
- grob gemahlener schwarzer Pfeffer

Arbeitsbeschreibung

1. Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen, fein würfeln. Rote Bete schälen, in Würfel schneiden und den Ingwer schälen.
2. Zitronenthymian klein hacken. Oliventofu zerkleinern und Oliven in Ringe schneiden.
3. Öl erhitzen, Zwiebel- und Knoblauchstückchen anschwitzen und die Rote-Bete-Würfelchen unterrühren. Ingwer darüber reiben und umrühren
4. Rote Bete mit Ahornsirup karamellisieren lassen, Risotto-Reis untermengen, mit Balsamico-Essig ablöschen und Orangensaft dazugeben. Gemüsebrühe hinzufügen und umrühren. Hälfte des Zitronenthymians einrühren. Die Hitze reduzieren, so dass das Risotto schön vor sich hin köchelt.
5. Die Gesamtkochzeit des Risottos beträgt 14-16 Minuten. Nach etwa 10 Minuten Kochzeit die Butter einrühren.
6. Zum Schluss 2-3 EL Zitronensaft unterrühren und das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken. Risotto auf zwei Teller aufteilen, mit Oliven, dem ausgebröselten Tofu und Zitronenthymian bestreuen. Das Risotto mit einem Thymianzweig und einer Orangenspalte garniert servieren.