Zeleninové rizoto s krevetami a sýrem

30 minut

náročnost ●○○○

Ingredience (2 porce)

- High protein Madeland
- 3 lžíce Jihočeského másla
- 1 šalotka
- 4 stroužky česneku
- 200 g krevet
- 1/2 cukety
- 100 g cherry rajčat
- 100 ml bílého vína
- cca 600 ml vývaru
- bazalka
- citron

Návod na přípravu:

Na větší pánvi nebo v hlubokém rendlíku rozehřejeme dvě lžíce másla. Přidáme najemno nasekanou šalotku a necháme ji zesklovatět. Poté přidáme prolisovaný česnek a krátce orestujeme, aby se rozvoněl. Přisypeme rýži arborio a promícháme, aby se obalila tukem a zesklovatěla.

Přilijeme bílé víno a necháme ho za stálého míchání odpařit. Poté postupně přiléváme vývar – vždy jen tolik, aby se rýže mírně ponořila, a mícháme, dokud se tekutina nevstřebá. Tento proces opakujeme zhruba 15–20 minut, dokud není rýže na skus.

Mezitím si na vedlejší pánvi na troše másla opečeme očištěné krevety z obou stran dozlatova. Přidáme na půlměsíčky nakrájenou cuketu a rozpůlená cherry rajčata, krátce orestujeme a dochutíme solí, pepřem a citronovou šťávou.

Jakmile je rizoto téměř hotové, vmícháme zeleninovo–krevetovou směs do rýže. Odstavíme z plotny, přidáme poslední lžíci másla a na menší kousky nakrájený sýr High protein Madeland. Promícháme, aby se sýr lehce rozpustil a rizoto získalo krémovou strukturu. Na závěr přidáme nasekanou čerstvou bazalku.