



Zöldfűszeres rizottóval töltött cukkini

🕒 20–30 Perc 

Elkészítés

- 1 Hevítünk fel egy kevés olívaolajat egy nagy lábasban. Pároljuk üvegesre a vöröshagymát és a vékonyra szeletelt fokhagyma 2/3-át. Adjuk hozzá a rizottórizst, és pirítsuk rövid ideig. Öntsük hozzá a fehérbort, és forraljuk fel az egészet.
- 2 Kis adagokban adjuk hozzá a forró zöldségalaplé, amíg a rizs al dentére fő. Közben folyamatosan kevergessük. Keverjük össze az olívaolajat a Kotányi Medvehagymával, az oregánóval és a rozmaringgal.
- 3 A főzési idő vége felé keverjük a rizottóhoz a parmezánt, az aprított petrezselymet, a zöldfűszeres olajat és a vajat. Ízlés szerint sózzuk és borsozzuk.
- 4 A rizottónk akkor tökéletes, ha krémes állagú, de a rizsszemek nem főtték szét.
- 5 Vájjuk ki a gömbcukkinik húsát, és töltsük meg az üregeket a rizottóval.
- 6 Süssük 20-25 percig 180 °C-on légkeveréses fokozaton.

Összetevők 5 fő részére

♦ = Kotányi Produkta

5 db	Gömbcukkini
250 g	Rizottórizs
1 db	Vöröshagyma
3 db	Gerezd fokhagyma
150 ml	Fehérbort
500 ml	Zöldségalaplé
200 g	Parmezán
1 ek.	Vaj
1 csésze	Friss petrezselyem
5 ek.	Olívaolaj
1 csipet	♦ Himalája só
1 csipet	♦ Feketebors, egész
1 tk.	♦ Bio oregánó, morzsolt
1 tk.	♦ Medvehagyma, szeletelt
1 tk.	♦ Kakukkfű, morzsolt
1 tk.	♦ Bio rozmaring, egész

