



### Suroviny

50 g másla

1 cibule

500 ml zeleninového vývaru

280 g rýže arborio

250 g chřestu

100 g sýra Gran Moravia

## RIZOTO S CHŘESTEM

**Chřest je lahodná zelenina neodmyslitelně spojená s jarem. Je dobrým zdrojem vlákniny i vitamínů. Rizoto s chřestem vám tak po zimě dodá novou energii.**

### Příprava:

V kastrolu se silným dnem rozehejte větší část másla, přidejte do něj oloupanou a nadrobno nakrájenou cibulku a smažte ji asi 3 minuty, při smažení cibulku míchejte. Mezitím rozpustte bujon v 500 ml horké vody.

K cibulce přisypte rýži a osmahněte ji, až zesklouatí. Poté přilijte 1 a 1/2 hrnku zeleninového vývaru, podle chuti osolte a nechte vařit na mírném ohni. Občas promíchejte, případně dolijte vývar. Chřest omyjte, z konce odkrojte asi 2 cm. Odřízněte všechny špičky a nechte je stranou, k rizotu je přidáte až nakonec, aby se nerozvařily. Stonky oloupejte škrabkou na brambory, nakrájejte je na 2 cm dlouhé kousky a nasypete k rýži.

Po 15 minutách (rýže i chřest už jsou téměř hotové) přidejte špičky chřestu. Promíchejte, případně podlijte trochou zeleninového vývaru a vařte ještě 3 minuty.

Do hotového rizota vmíchejte zbylé máslo a většinu nastrouhaného sýra Gran Moravia a nechte pod pokličkou 5 minut dojít. Servírujte se zbylým sýrem.



PRVNÍ CHODY



RÝŽE



PŘÍPRAVA



VAŘENÍ



NÍZKÁ OBTÍŽNOST