ОБЯД

Ризото с тиква и печурки



Кремообразно ризото с печена тиква, ситно нарязани печурки и малко кашкавал. Топъл есенен обяд за цялото семейство, а меките зърна се хапват лесно с лъжичка.

Подготовка: 20 мин **Готвене:** 45 мин **Общо:** 65 мин **Порции:** 4
Възраст: Над 3 години **Трудност:** Средно

Съдържа алергени: Млечни продукти

Съставки

- 1 ч.ч. ориз за ризото (арборио)
- 300 гр. тиква, обелена и нарязана на кубчета
- 150 гр. печурки
- 1 малка глава лук
- 1 скилидка чесън
- 2 с.л. зехтин
- 1 с.л. краве масло
- 4 ч.ч. горещ зеленчуков бульон без сол или вода
- 30 гр. кашкавал
- ½ ч.л. сушена мащерка
- Щипка сол (по желание)

Начин на приготвяне

1. Загрейте фурната на 200°C и разпределете тиквените кубчета в тава с хартия за печене.
2. Полейте тиквата с 1 с.л. от зехтина и я печете 25 минути, докато омекне и хване златисти краища.
3. Междувременно изчистете печурките с влажна кухненска хартия и ги нарежете на филийки.
4. Гответе печурките в сух широк тиган на силен огън 5-6 минути, докато покафенеят.
5. Прехвърлете ги на дъска и ги нарежете на много ситно.
6. В същия тиган загрейте останалия зехтин и задушете нарязания на ситно лук с мащерката 3-4 минути, а накрая добавете настъргания чесън и разбъркайте 30 секунди.
7. Добавете ориза и разбъркайте 1 минута, докато зърната станат леко прозрачни по краищата.
8. Наливайте горещия бульон черпак по черпак и бъркайте 18-20 минути, докато оризът омекне напълно.

9. Добавете печурките и тиквата, като намачкате половината тиква с вилица, за да стане ризотото кремообразно.
10. Свалете от котлона, добавете маслото, настъргания на ситно кашкавал и солта и разбъркайте, докато се разтопят.
11. Оставете да се охлади около 5 минути и сервирайте на детето в малка купичка.

Съхранение

- Съхранявайте в плътно затворена кутия в хладилник до 1 ден.
- Преди повторна консумация затоплете на слаб огън с 2-3 с.л. вода и разбъркайте, докато ризотото омекне отново.

Съвети

- Сол слагайте съвсем малко или никак, защото печената тиква, покафенелите печурки и кашкавалът дават достатъчно вкус.
- За деца под 3 години сгответе същото ризото без печурките, само с печена тиква.
