



Risotto z dynią piżmową

 szpinakot


Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

 60 min

 łatwy

 2 porcje

Składniki:

dynia piżmowa - 1 szt.

ryż - 120 g

cebula - 1 szt.

papryka, dowolne kolory - 2 szt.

bulion warzywny - 2 szt.

oregano - trochę

Dodatkowe info:

Choć dynia ta nie jest bardzo popularna w Polsce warto jej poszukać dla ciekawego, lekko orzechowego smaku mięszu.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię dokładnie myjemy (będziemy piec ze skórą), przepoławiamy na pół i wybieramy mięsz w miejscu, gdzie są pestki. Nacinamy tak, by się równo upiekła. Wkładamy do piekarnika nagrzanego na 200 stopni i pieczemy ok. 30 minut.

KROK 2: W międzyczasie podsmażamy na oleju cebulę pokrojoną w piórka i pokrojone na małe części papryki. Kiedy cebula się zeszkli dolewamy bulion i wrzucamy ryż. Doprawiamy oregano. Dusimy aż do ugotowania ryżu (jeśli trzeba można dodać jeszcze więcej bulionu lub wody).

KROK 3: Teraz uwaga, bo nie trudno się poparzyć. Wyciągamy upieczoną dynię i w wydrążony dołek nakładamy gotowe risotto. Wkładamy całość jeszcze na 10-15 minut do piekarnika.

Gotowe danie doprawiamy według preferencji solą i pieprzem.