


Teleći rižoto s tikvom

 NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema

 VRIJEME PRIPREME
> 60 min

 BROJ PORCIJA
4 osobe

Sastojci

400 g teleće plećke
1 luk
2 češnja češnjaka
2 žlice K Plus maslinovog ulja
300 g očišćene tikve
300 g K Plus Arborio riže
2 dl bijelog vina
8 dl temeljca ili vruće vode
Sol
Papar
20 g K Plus maslaca
K Plus Ribani sir

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Meso očistite od masnoća pa narežite na kockice oko 2*2 cm. Tikvu narežite na kockice 2*2 cm.

U loncu, na srednjoj vatri zagrijte ulje pa dodajte meso. Dinstajte dok se ne dobije boju sa svih strana, oko 10 minuta. Dodajte sitno nasjeckani luk, češnjak i tikvu. Posolite i popaprite pa dinstajte 12-15 minuta, podlijevajući s malo vode po potrebi.

Dodajte rižu i pržite minutu. Podlijte bijelim vinom i kada ispari počnite podlijevati vodom ili temeljcem, u više navrata, neprestano miješajući. Nemojte dodavati svu tekućinu odjednom, već je podijelite u barem 3 do 4 dodavanja i prije nego dodate novu, pričekajte da se prethodna skroz upije u rižu.

Nakon 16-18 minuta riža bi trebala biti kuhana i kremasta. Umiješajte i kockicu maslaca i ribanog sira po želji.

Provjerite nedostaje li jelu soli i papra i začinite po želji. Servirajte uz još ribanog sira.