



Paradicsomos rizottó



2 adag



383 kcal



45 perc

HOZZÁVALÓK

- 1 kaliforniai paprika
- 1 kisebb cukkini
- 150g koktél paradicsom
- 200g rizottó rizs
- 2 fokhagymagerezd
- 250 g paradicsom püré
- 250 ml zöldségle
- újhagyma 2-3 szál
- 30g aszalt paradicsom
- só, bors, bazsalikom
- olaj

ELKÉSZÍTÉS

Kapcsoljuk be a sütőt, daraboljuk fel a paprikát, koktél paradicsomot és a cukkinit. Tegyük egy hőálló tálba, locsoljuk meg olíva olajjal, sózzuk, borsozzuk, keverjük jól össze és tegyük be a sütőbe kb 20 percre. Közben a hagymát fokhagymát pucoljuk meg, aprítsuk fel és olajon pirítsuk meg. Adjuk hozzá a rizst, paradicsompürét és a zöldséglevet és főzzük addig, amíg puha nem lesz a risotto rizs, ha elfő a lé, nyugodtan pótolj vizet. Ha megfőtt, adjuk hozzá a sült zöldségeket, az apróra vágott aszalt paradicsomot és a bazsalikomot. Főzzük még kb 5 percig.

TIPP

Tálaláskor reszelhetünk rá vegán sajtot!