

INGREDIËNTEN

Voor 2 personen
120 gr risottorijst
1 kippen-bouillonblokje
1/2 courgette
50 gr rucola
50 gr Parmezaanse kaas
150 gr cherrytomaten
75 gr Parmaham of Serranoham
1 middelgrote ui
1 theelepel olijfolie extra vergine
olijfolie (om in te bakken)

RISOTTO MET RAUWE HAM

Bevat per portie: Kcal: 475 | Eiwit: 28,9 gr | Koolhydraten: 62,1 gr | Vet: 12,3 gr | Vezels: 3,77 gr

ZO MAAK JE HET

• Verwarm de oven voor op 180 graden.
• Breng 0,6 liter water aan de kook en los het bouillonblokje hierin op. Zodra het blokje is opgelost kun je het vuur uitzetten.
• Snipper de ui, neem een grote kookpan en fruit de ui vier minuten zachtjes aan.
• Voeg de risotto toe en bak deze twee minuten zachtjes mee terwijl je goed roert.
• Voeg nu een scheutje van de kippenbouillon toe en wacht tot deze bijna volledig is opgenomen door de risottorijst. Herhaal dit ongeveer 20 minuten tot de risotto gaar is. Blijf wel regelmatig roeren. Ondertussen ga je verder met de volgende stappen.
• Snij een klein kruisje in de onderkant van de cherry tomaatjes.
• Neem een bakplaat met een stuk bakpapier en leg daar de plakken rauwe ham en de cherrytomaatjes (met het kruisjes naar boven) op. Zet dit voor ongeveer 8 minuten in de oven zodat de ham krokant bakt en de tomaatjes gepoft worden.
• Snij de courgette met de kaasschaaf in lange slierten. Doe een scheutje olijfolie in een koekenpan en bak de slierten in ongeveer 5 minuten gaar.
• Doe de rucola in een schaaltje en meng er 1 theelepel extra vergine olijfolie door.
• Zodra de risotto gaar is (dit kun je proeven) zet je het vuur uit. Roer nu de Parmezaanse kaas erdoor en breng op smaak met een beetje peper.
• Schep de risotto op een bord. Leg de rucola en courgette-slierten er bovenop. Leg de cherrytomaatjes en parmaham erbij en klaar. :)

TIPS EN TRICKS

• Om een risotto te laten lukken is het belangrijk dat je goed blijft roeren. Je kunt ondertussen ook de andere onderdelen van het gerecht voorbereiden maar roer steeds even goed door de pan. Ook over de bodem dus. :)
• In plaats van Parmezaanse kaas kun je ook gewone geraspte kaas gebruiken. Dit smaakt niet exact hetzelfde, maar geeft wel een prima resultaat!
• De halve courgette die je overhoudt kun je gebruiken als onderdeel van een simpele groentesoep. Of je kunt 'm de volgende dag als (deel van je) groente eten.