

Risotto met biefstuk



 Bereiden in: grote pan

 Voorbereiding: 0 min.

 Bereiding: 0 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- cherry tomaten
- 5 gr. verse rozemarijn
- 1 teen knoflook
- kippen vloeibaar bouillonblokje
- 1 ui
- 1 blokje Italiaanse harde kaas naar eigen smaak
- 200 gr. risotto rijst
- Kogelbiefstuk
- Rucola sla
- Eventueel grote garnaal

Voedingswaarde

•

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/images/new/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

Risotto met biefstuk



Bereiding

- 1 Verwarm de oven voor op 180°C. Breng 700ml water in een waterkoker aan de kook. Halveer de cherrytomaten. Pluk de rozemarijnnaaldjes, hak ze fijn en doe steeltjes weg. Pel en snijd de knoflook in plakjes. Meng in een ovenschaal de cherrytomaten, rozemarijn en knoflook met 1-2el olijfolie en een snuf peper en zout.
- 2 Los het bouillonblokje in het zojuist gekookte water op. Pel en hak de ui fijn. Rasp de kaas fijn.
- 3 Verhit 1el olijfolie in een middelgrote kookpan en bak de ui met een snuf zout in 2min zacht. Voeg de risottorijst toe en bak al roerend 1min tot de korrels glazig zijn.
- 4 Voeg 1 soeplepel bouillon aan de pan toe en bak al roerend totdat de rijst de bouillon heeft opgenomen. Herhaal het toevoegen van de bouillon totdat de risottorijst gaar is en een romige textuur heeft. Dit duurt ca. 20-25min. Voeg evt. water toe als de bouillon opraaft.
- 5 Rooster de cherrytomaten 12-15min in de oven. Kruid het vlees met peper en zout. Verhit 1el olijfolie in een middelgrote (ovenbestendige) koekenpan op hoog vuur en bak de biefstuk 1 min per zijde tot het vlees is dichtgeschroeid. Hevel het vlees over naar de ovenschaal met cherrytomaten of plaats de pan in de oven en bak het vlees in 8-10min gaar.
- 6 Salade erbij:
Meng de rucola met 1el olijfolie, 1-2el azijn en een snuf peper, zout en suiker. Roer op het eind de geraspte kaas en de geroosterde tomaatjes door de risotto. Laat de biefstuk na het bakken ca.5 min rusten in aluminiumfolie en snijd het dan -tegen de draad in - in plakken. Serveer de risotto met het vlees bovenop (eventueel met de in knoflook olie gebakken garnaal er boven op) en rucola salade ernaast.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten