



## ΡΙΖΟΤΟ ΜΕ ΚΟΛΟΚΥΘΑ ΣΤΟ ΦΟΥΡΝΟ

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΧΡΟΝΟΣ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ: 1 ΩΡΑ 45 ΛΕΠΤΑ

### ΥΛΙΚΑ

- 2 κουταλιές σούπας ελαιόλαδο
- 2 εσάλोट, λεπτοκομμένα
- 2 σκελίδες σκόρδο, λεπτοκομμένες
- 175 g ρύζι Αρμπόριο
- 150 ml λευκό ξηρό κρασί
- 1 L φυτικός ζωμός, διατηρήστε τον ζεστό
- 80 ml κρέμα γάλακτος
- 1/4 μικρής κολοκύθας με τα σπόρια, κομμένη σε λεπτές φέτες
- Αλάτι και φρέσκο τριμμένο μαύρο πιπέρι
- Για το σερβίρισμα: 3-4 κουταλιές σούπας crème fraîche και 2-3 κουταλιές σούπας τριμμένη παρμεζάνα

### ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Για το ριζότο: Ζεσάνετε το ελαιόλαδο σε ένα μεγάλο, ρηχό τηγάνι iCook (για παράδειγμα το Μεγάλο Τηγάνι του Οικογενειακού Σετ). Βάλτε σε μεσαία θερμοκρασία μέχρι να ζεσταθεί. Προσθέστε τα εσάλोट, το σκόρδο και μία πρέζα αλάτι. Σωτήρετε για 5-6 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν.
2. Προσθέστε το ρύζι και μαγειρέψτε για 2-3 λεπτά, ανακατεύοντας συχνά μέχρι να γίνει διαφανές. Προσθέστε το κρασί, αφήστε να βράσει και στη συνέχεια χαμηλώστε τη θερμοκρασία, ώστε να σιγοβράσει για ακόμα 2 λεπτά.
3. Προσθέστε το ζωμό με μία κουτάλα, ανακατέψτε και σιγοβράστε μέχρι το ρύζι να απορροφήσει το ζωμό πριν προσθέσετε την επόμενη κουταλιά.
4. Συνεχίστε μέχρι το ρύζι να απορροφήσει όλο το ζωμό και να γίνει μαλακό και κρεμώδες, περίπου 25-30 λεπτά. Μπορεί να μη χρειαστεί όλος ο ζωμός.
5. Προθερμάνετε το φούρνο στους 190 °C (170° στον αέρα) | 375 °F | αέριο στην ένδειξη 5.
6. Μόλις το ρύζι είναι έτοιμο, ανακατέψτε την κρέμα γάλακτος και προσθέστε τα καρυκεύματα. Βάλτε το σε ένα ταψί και προσθέστε επάνω στο ρύζι τις φέτες κολοκύθας.
7. Ψήστε για περίπου 30-40 λεπτά μέχρι η επιφάνεια του ριζότο να πάρει χρώμα και η κολοκύθα να είναι μαλακή όταν την τρυπάτε με ένα μαχαίρι.
8. Για το σερβίρισμα: Αφαιρέστε από το φούρνο και αφήστε το για 5 λεπτά πριν σερβίρετε με λίγη crème fraîche. Πασπαλίστε λίγη τριμμένη παρμεζάνα.