



Name: .....

## Dünsten



### Aufgabe 1

Du möchtest einen Risotto zubereiten. Dazu eignet sich der Kochvorgang «Dünsten» am besten. Welche Aussagen stimmen, damit dir das Gericht gelingt? Kreise die richtigen *kursiv geschriebenen* Wörter ein.

- Zu Beginn wird *wenig/viel* Butter in der Pfanne erhitzt.
- Die Butter wird auf *kleiner/mittlerer/grosser* Stufe erhitzt.
- Der Reis wird gedünstet, bis *er braun ist/sich Geschmacks- und Geruchsstoffe entwickeln*.
- Der Reis wird *glasig/bleibt weiss* und klebt *leicht/nicht* am Pfannenboden.
- Den Reis mit *der Kelle/dem Schwingbesen* rühren.
- Den Reis würze ich *vor/während/nach* dem Ablöschen mit Flüssigkeit.
- Nach und nach *kalte/heisse* Flüssigkeit beifügen.
- Den Risotto auf *kleiner/grosser* Stufe und *mit/ohne* Deckel gar kochen.





Hauswirtschaft/Oberstufe

Name: .....

## Dünsten

---



### Aufgabe 2

Bereite den Gemüse-Risotto unter Beachtung der oben erwähnten Merkmale zu.

#### Gemüse-Risotto

*Für 2 Personen*

*Zubereitung: ca. 30 Minuten*

½ Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
Butter zum Dämpfen  
300 g gemischtes Saisongemüse, z.B. Rübli, Sellerie und Lauch, gerüstet, klein geschnitten  
150 g Risottoreis, z.B. Carnaroli  
1 dl Gemüsebouillon  
4,5 dl Gemüsebouillon, heiss  
6 getrocknete Tomaten in Öl, in Streifen geschnitten  
4 EL geriebener Gruyère AOC  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle

#### Zubereitung

**1** Zwiebel und Knoblauch in der Butter andämpfen. Gemüse mitdämpfen. Reis mitdünsten, bis er glasig ist. Mit Bouillon ablöschen, Flüssigkeit unter Rühren einkochen.  
**2** Nach und nach heisse Bouillon dazugiessen, häufig rühren und köcheln, bis der Reis al dente ist. Tomaten und Käse beifügen, nur heiss werden lassen, würzen. Risotto in vorgewärmte Schalen geben, sofort servieren.

Nach Belieben mit geriebenem Käse servieren.



Hauswirtschaft/Oberstufe

# Lösung

## Dünsten

---

### Aufgabe 1

- Zu Beginn wird *wenig/viel* Butter in der Pfanne erhitzt.
- Die Butter wird auf *kleiner/mittlerer/grosser* Stufe erhitzt.
- Der Reis wird gedünstet, bis er *braun ist/sich Geschmacks- und Geruchsstoffe entwickeln*.
- Der Reis *wird glasig/bleibt weiss* und klebt *leicht/nicht* am Pfannenboden.
- Den Reis mit *der Kelle/dem Schwingbesen* rühren.
- Den Reis würze ich *vor/während/nach* dem Ablöschen mit Flüssigkeit.
- Nach und nach *kalte/heisse* Flüssigkeit beifügen.
- Den Risotto auf *kleiner/grosser* Stufe und *mit/ohne* Deckel gar kochen.