



Ριζότο με ψητά καρότα

Μερίδες: 2 Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά Χρόνος μαγειρέματος: 50 λεπτά

Υλικά για τα ψητά καρότα:

3 καρότα, κομμένα σε μεσαία κομμάτια
2 κ.σ. σιρόπι σφενδάμου
20 γρ. βούτυρο της επιλογής μας
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελαιόλαδο

Υλικά:

1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
1 σκελίδα σκόρδο, πολτοποιημένη
[200 γρ. ρύζι arborio Ομοσπονδία](#)
200 ml λευκό κρασί
700 ml λίτρο ζωμό λαχανικών ή νερό, καυτό
40 γρ. παρμεζάνα
30 γρ. βούτυρο της επιλογής μας, από το ψυγείο
3 κλωνάρια φρέσκο θυμάρι
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελαιόλαδο

Υλικά σερβιρίσματος:

φρεσκοτριμμένο πιπέρι
παρμεζάνα
1 κλωνάρι φρέσκο θυμάρι

Εκτέλεση:

1) Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 180°C στον αέρα.

2) Απλώνουμε σε ταψί περασμένο με λαδόκολλα τα καρότα, περιχύνουμε με σιρόπι σφενδάμου, ελαιόλαδο αλατοπιπερώνουμε και ψήνουμε για 35 λεπτά ή μέχρι να τρυπιούνται με ένα πιρούνι.



- 3) Ρίχνουμε τα καρότα σε μούλτι, μαζί με λίγο από το ζυμό και το βούτυρο και πολτοποιούμε καλά.
- 4) Σε βαθύ τηγάνι ρίχνουμε 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο και ρίχνουμε το κρεμμύδι και σοτάρουμε για 4-5 λεπτά. Προσθέτουμε το σκόρδο και το [ρύζι arborio Ομοσπονδία](#) και σοτάρουμε για 1 λεπτό. Σβήνουμε με το κρασί κι αφήνουμε να εξατμιστεί για 2-3 λεπτά.
- 5) Περιχύνουμε με 1 κ.σ. (με την κουτάλα) από το ζυμό. Επαναλαμβάνουμε την διαδικασία μέχρι να έχει μαγειρευτεί το ρύζι.
- 6) Στην τελευταία δόση ζωμού-νερού ρίχνουμε και τον πουρέ καρότου, αλατοπιπερώνουμε ελαφρώς, προσθέτουμε 2-3 κλωνάρια θυμάρι και ανακατεύουμε μέχρι να δέσει.
- 7) Μόλις είναι έτοιμο, κλείνουμε το μάτι, προσθέτουμε την παρμεζάνα και το βούτυρο κι ανακατεύουμε.
- 8) Σερβίρουμε με φρεσκοτριμμένο πιπέρι, παρμεζάνα και θυμάρι.