

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Einkornrisotto mit Stangenbrokkoli und Bergkäse

Koch: Florian Zillner

Zutaten

(für 4 Personen)

Für das Risotto

- 300 g Einkornreis
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ¼ l Weißwein
- 1 l warmer Gemüfefond (oder Hühnerfond)
- 100 g geriebener Bergkäse
- 50 g Butter
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl zum Anbraten
- 1 EL Butter zum Anbraten

Für den Stangenbrokkoli

- 12 Stk. Stangenbrokkoli
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Für die marinierten Blätter

- eine Handvoll Brokkoli-Blätter
- Saft einer ½ Zitrone

Quelle: ORF extra

- Salz
- Olivenöl

Für die Garnitur

- frischer Schnittlauch
- gehackte Petersilie
- geriebener Bergkäse

Zubereitung

1. Für das Risotto zuerst die Zwiebel und den Knoblauch feinwürfelig schneiden und beides gemeinsam mit dem Einkornreis in etwas Olivenöl und ein wenig Butter in einem Topf farblos anschwitzen. Wichtig! Jetzt schon eine Prise Salz dazugeben.

2. Nun den Einkornreis mit dem Weißwein ablöschen. Den Weißwein zur Gänze verkochen lassen, danach mit der Hälfte des warmen Gemüsefonds aufgießen und das Risotto bei mittlerer Hitze köcheln lassen, dabei zwischendurch immer wieder umrühren.

3. Wenn eine cremige Konsistenz erreicht ist, das Risotto kosten und kontrollieren, ob der Reis bissfest ist. Falls der Reis zu hart ist, noch Fond nachgießen und wieder köcheln lassen, bis die Konsistenz cremig wird. Hierfür gibt es keine Zeitangabe, bitte mit Gefühl arbeiten.

4. Wenn das Risotto beinahe fertig ist, die Butter und den geriebenen Bergkäse zugeben und mit Salz und Pfeffer verfeinern.

5. Den Stangenbrokkoli etwa 2 Minuten in einem Topf in Salzwasser blanchieren, abseihen und direkt in eine Pfanne mit Olivenöl geben. Den Stangenbrokkoli auf allen Seiten scharf anbraten und zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Für die marinierten Blätter die Brokkoli-Blätter von den Stängeln zupfen und in einer Schüssel mit Zitronensaft, Olivenöl und Salz marinieren.

7. Zum Schluss das Risotto in einem tiefen Teller anrichten, je drei Stück Stangenbrokkoli und ein paar marinierte Blätter darauf verteilen, mit dem geriebenen Bergkäse und dem frischen, feingeschnittenen Schnittlauch sowie der gehackten Petersilie garnieren.