

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Getreide-Risotto mit Vogelbeeren, Glundner Käse und Nussbutter

Koch: Thomas Gruber

Zutaten

(4 Personen)

Für das Risotto

- 150 g Getreidemischung (ganzes Korn: Roggen, Hafer, Dinkel, Weizen, Emmer, Buchweizen, Leinsamen, Kürbiskerne, ungeschälter Sesam)
- 100 g eingelegte Vogelbeeren
- 1 EL Nussbutter zum Anbraten
- 100 g Glundner Käse
- ein Schuss weißer Balsamico Essig
- Salz

Für das gepoppte Getreide

- 50 g Roggen (alternativ: Dinkel oder Buchweizen)
- Rapsöl zum Frittieren
- Salz

Für die Sauce Hollandaise

- 150 g Nussbutter (= Braune Butter)
- ein Schuss weißer Balsamico Essig
- ein Schuss Vogelbeeren-Wasser (vom Einlegen)
- 2 Eidotter
- Salz

Für die Garnitur

- getrockneter, gemahlener Liebstöckel

Zubereitung

2 Tage zuvor:

Den Roggen für das gepoppte Getreide in eine Schüssel geben, in reichlich Wasser einweichen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am Vortag:

Den eingeweichten Roggen für das gepoppte Getreide abseihen und dann in reichlich Wasser in einem Topf weichkochen. Das Kochwasser abseihen und die Roggen-Masse auf ein Stück Backpapier aufstreichen. Das Backpapier auf ein Blech legen und die Masse im Rohr bei 50° C Umluft über Nacht trocknen.

Die Getreidemischung für das Risotto in einer Schüssel in reichlich Wasser einweichen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Am Kochtag:

- 1.** Für das gepoppte Getreide das Rapsöl in einen Topf geben und auf 180° C erhitzen. Ein Sieb hineingeben und darin den getrockneten Roggen frittieren, bis er aufpoppt. Den Roggen auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.
- 2.** Nun das Getreide für das Risotto abseihen und mit kaltem Wasser abspülen. Dann in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und wie ein Risotto auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren bissfest kochen. Die Konsistenz soll cremig sein. Danach mit etwas Salz und weißem Balsamico Essig abschmecken und den Glundner Käse so lange einrühren, bis dieser geschmolzen ist.
- 3.** Die eingelegten Vogelbeeren in ein wenig Nussbutter in einem Topf erwärmen.
- 4.** Für die Sauce Hollandaise die Eidotter, das Vogelbeeren-Wasser und den weißen Balsamico Essig sowie eine Prise Salz in eine Schüssel geben und über Wasserdampf mit einem Schneebesen aufschlagen. Die Nussbutter nach und nach dazugeben, bis eine schaumige Konsistenz entsteht.

5. Zum Schluss das Getreiderisotto in einem tiefen Teller anrichten, die warmen Vogelbeeren darauf verteilen und das gepoppte Getreide großzügig darüber streuen. Die Sauce Hollandaise darauf drapieren und mit einem feinen Teesieb den gemahlten Liebstöckel darüber streuen.