

Spargel-Risotto mit Safran und gegrilltem Thunfisch

Für zwei Personen

380 g Thunfischsteak	150 g Risottoreis	150 g grüner Spargel
1 Zwiebel	150 g Parmesan	1 Knoblauchzehe
350 ml Gemüsefond	100 ml Weißwein	1 Tütchen Safran
Salz, Pfeffer		

Den Spargel waschen, trocken tupfen und das holzige Ende abschneiden. Spargelspitzen abschneiden und den Rest in kleine Stücke schneiden. Einen Topf mit Butter und Öl erhitzen. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen, fein schneiden und in den Topf geben. Den Reis und die Spargelstücke hinzufügen und sofort die Hitze reduzieren, unter ständigem Rühren andünsten. Den Reis mit Weißwein ablöschen und mit Gemüsebrühe auffüllen. Mit wenig Hitze etwa 20 Minuten kochen. Die Spargelspitzen in den letzten zehn Minuten dazugeben. Den Käse reiben und zusammen mit dem Safran unterrühren. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Thunfischsteak zwei Minuten pro Seite scharf anbraten. Das Risotto auf einem Teller anrichten und das Thunfischsteak dazu servieren.

Alexandre Lazar am 03. Juli 2013