

Lardo-Flunder-Röllchen mit Rote-Bete-Risotto

Für zwei Personen

Für den Fisch:

4 Flunderfilets, ohne Haut	4 dünne Scheiben Lardo	1 Zitrone, Scheiben
1 EL Butter	Brunnenkresse	1 Zweig Thymian
1 EL Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für das Rote-Bete-Risotto:

250 g Risottoreis	2 frische Knollen Rote Bete	2 Schalotten
1 Knoblauchzehe	1 Stück Parmesan	1 ½ EL Butter
1 L Gemüfefond	1 EL Honig	Rotwein
2 Zweige Rosmarin	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Champagner-Schaum:

1 Schalotte	1 Zitrone, Saft	3 EL Crème-fraîche
100 ml Sahne	100 g Butter	50 ml Champagner
50 ml Weißwein	200 ml Gemüfefond	Chili
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

10 Macadamianüsse	Brunnenkresse
-------------------	---------------

Für den Fisch: Die Filets waschen und trockentupfen. Fisch mit Pfeffer und wenig Salz würzen. Fischfilets erst mit Lardo und dann mit etwas Brunnenkresse belegen. Zu festen Röllchen formen und mit einem Holzspieß fixieren.

Zitrone in Scheiben schneiden.

Öl in der Pfanne erhitzen, die Butter dazugeben und schmelzen lassen.

Thymianzweig und Zitronenscheibe dazu geben.

Röllchen in der Butter-Öl-Mischung rundherum für ca. 4 Minuten anbraten. Pfanne vom Herd nehmen und die Flunderröllchen im Ofen bei 160 Grad für ca. 10 Minuten garziehen lassen.

Für das Rote-Bete-Risotto: Rote Bete schälen, Knoblauch und Schalotten abziehen und in Würfel schneiden. Fond in einem Topf erhitzen und warmhalten.

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Schalotten und den Knoblauch darin glasig andünsten. Rote Bete dazu geben und den Honig drüber träufeln, leicht karamellisieren lassen. Reis dazugeben und mit einem kräftigen Schuss Rotwein ablöschen. Rosmarin hinzugeben und fortan immer eine Kelle Fond hinzugehen. Wenn der Fond aufgesogen ist, mit der nächsten Kelle Fond auffüllen und stets rühren.

Wenn der Reis bissfest ist, vom Herd nehmen und mit Butter und Parmesan, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Champagner-Schaum: Schalotte abziehen und fein würfeln.

1 Esslöffel Butter in einem Topf aufschäumen und Schalotte darin dünsten. Mit Champagner und Weißwein ablöschen und mit Fond und Sahne auffüllen.

Sauce leicht einkochen lassen. Mit ¼ TL Chili, Salz, Pfeffer und 1 EL Zitronensaft abschmecken. Die übrige Butter und Crème fraîche mit einem Stabmixer einarbeiten.

Für die Garnitur: Macadamianüsse auf ein Blech geben und bei 160 Grad im Ofen rösten bis eine leichte Bräunung entsteht. Anschließend fein hacken und auf das Risotto geben. Brunnenkresse als Garnitur verwenden.

Anja Steffen am 18. April 2024