

Lachs-Filet mit Tomaten-Basilikum-Risotto, Zuckerschoten

Für zwei Personen

300 g Lachsfilet	200 g Risottoreis	120 g Parmesan
150 g Zuckerschoten	4-5 Rispentomaten	1 unbehandelte Zitrone
1 Zwiebel, groß	1 Knoblauchzehe	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	150 g getrocknete Tomaten
20 g Pinienkerne	100 g Butter	200 ml trockener Weißwein
800 ml Gemüsefond	Olivenöl, Pfeffer, Salz	

Den Gemüsefond in einem Topf erwärmen. Die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Etwas Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten. Anschließend den Reis einrühren und leicht anrösten. Die getrockneten Tomaten klein schneiden und ebenfalls dazu geben. Die Petersilie und den Basilikum waschen, zupfen, fein hacken und ebenfalls unterheben. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen. Bei kleiner Hitze immer wieder Gemüsefond dazugeben, so dass der Reis immer bedeckt ist. Das Ganze wiederholen, bis der Reis gar ist. Zuletzt die Rispentomaten waschen und unter das Risotto rühren. Die Zuckerschoten putzen und in einem Topf mit Salzwasser kurz blanchieren. Anschließend unter kaltem Wasser abschrecken. Eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen und die Zuckerschoten kurz darin schwenken. Das Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit den Kräuterzweigen anbraten. Den Parmesan reiben und 100 Gramm davon zusammen mit der restlichen Butter unter das Risotto rühren. Das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Knoblauchzehe abziehen und klein hacken. Für das Pesto die Pinienkerne, etwa zehn Blätter Basilikum, den Knoblauch, vier Esslöffel Olivenöl und den restlichen Parmesan in einem Mörser zu einem Pesto verrühren. Die Zitrone halbieren und auspressen. Das Lachsfilet mit dem Tomaten-Basilikum-Risotto und den glasierten Zuckerschoten auf Tellern anrichten, den Lachs mit etwas Zitronensaft beträufeln, das Pesto darüber geben und servieren.

Svenja Kress am 18. Dezember 2013