

# Pochierter Kabeljau im Parma-Mantel mit Paprika-Risotto

## Für zwei Personen

300 g Kabeljaufilet	6 Scheiben Parma-Schinken	30 g pikante Paprika-Salami
100 g Risottoreis	1 Schalotte	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	2 Zweige Estragon	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum
50 g gegrillte Öl-Paprika	50 g Parmesan	50 g Butter
350 ml Geflügelfond	50 ml trockener Weißwein	Olivenöl
1 Prise Paprikapulver	Salz, Pfeffer	

Den Geflügelfond in einem Topf zum Kochen bringen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Salami ebenfalls würfeln. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Salamiwürfel darin zwei bis drei Minuten anbraten. Anschließend die Schalotten- und die Knoblauchwürfel dazugeben und glasig anschwitzen. Den Reis dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Unter Rühren nach und nach den Fond zum Reis geben, dass dieser immer bedeckt ist. Bei schwacher Hitze köcheln lassen, bis der Reis die Flüssigkeit vollständig aufgenommen hat und nach etwa 20 bis 30 Minuten gar ist. Die eingelegte Paprika abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Den Thymian, den Estragon und zwei Zweige Basilikum abzupfen und klein schneiden. Anschließend die Paprikastreifen und die Kräuter unter das Risotto heben. Den Parmesan reiben und zusammen mit der Butter unter das Risotto rühren und mit Salz, Pfeffer und einer Prise geräuchertem Paprikapulver abschmecken. Die Schinkenscheiben nebeneinander dicht an dicht auf eine Arbeitsfläche legen und gleichmäßig mit den restlichen Basilikumblättern belegen. Das Kabeljaufilet waschen, trocken tupfen, auf den Schinken legen und vorsichtig in den Schinken einrollen. Die Rolle zuerst fest in Frischhalte-, dann in Alufolie wickeln. Einen Topf mit reichlich Wasser bis kurz vor den Siedepunkt erhitzen. Die Kabeljaurolle in das Wasser legen und 15 bis 20 Minuten bei geringer Hitze ziehen lassen. Anschließend herausnehmen, die Folien entfernen und die Rolle gut trocken tupfen. Danach in einer Pfanne mit etwas Olivenöl rundherum kurz anbraten. Den pochierten Kabeljau im Parmamantel mit dem Paprika-Risotto auf Tellern anrichten und servieren.

Martin Graw am 28. April 2014