

Steinpilz-Risotto, Spinat, Rote-Bete-Mus, Eichblattsalat

Für zwei Personen

Für das Risotto:

| | | |
|-----------------------------|------------------|---------------------------|
| 160 g Risottoreis | 300 g Steinpilze | 200 g getrock. Steinpilze |
| 40 g Blattspinat | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| $\frac{1}{2}$ Limette, Saft | 60 g Parmesan | 750 ml Gemüsefond |
| Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Rote-Bete-Mus:

| | | |
|------------------------|-------------------------|----------------|
| 1 vorgegarte Rote Bete | 1 Zitrone, Abrieb, Saft | 100 ml Rotwein |
| Dattelsirup | 2 Zweige Rosmarin | Salz, Pfeffer |

Für den Salat:

| | | |
|------------------------|--------------------------|------------------|
| 1 Kopf Eichblattsalat | 10 essbare Gänseblümchen | 200 g Brombeeren |
| 100 g Walnüsse | 1 TL Senf | 1 TL Dattelsirup |
| 2 EL Himbeer-Balsamico | 3 EL Walnussöl | 1 EL Zucker |
| Salz, Pfeffer | | |

Für das Topping:

20 g Parmesan

Für das Risotto:

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und hacken. Pilze putzen und schneiden Spinat waschen. Limette auspressen.

Zwiebeln, Knoblauch und Pilze in Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Reis dazugeben und 1 Minute unter Rühren braten bis er glasig ist. Mit Limettensaft ablöschen. Nach und nach Fond dazugeben und 20 Minuten köcheln lassen.

Getrocknete Steinpilze mixen. Parmesan reiben. Parmesan, Steinpilze und Spinat unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Rote-Bete-Mus:

Rote Bete schneiden. Öl erhitzen, Rote Bete und Rosmarin 10 Minuten unter Rühren rösten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Rotwein ablöschen.

Kurz köcheln lassen. Alles in einen Mixer geben. Zitronenschale abreiben, Zitrone auspressen und beides zur Roten Bete geben. Alles fein mixen und mit Dattelsirup, Salz und Pfeffer würzen.

Für den Salat:

Salat und Brombeeren waschen.

Himbeer-Balsamico in Öl, Senf und Dattelsirup einschlagen bis es cremig ist. Einen kleinen Schluck heißes Wasser dazugeben, dann salzen und pfeffern.

Walnüsse in Pfanne mit Zucker karamellisieren. Alles mischen. Mit Gänseblümchen garnieren.

Für das Topping:

Parmesan reiben und über das Risotto streuen.

Emelie Lenze am 28. August 2025