

Zitronen-Risotto, Garnelen, Pak Choi, Basilikum-Pesto

Für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risottoreis	1 Zwiebel	2 Zitronen, Saft
30 g Parmesan	1 EL Butter	100 ml Weißwein
500 ml Gemüsefond	2 TL Olivenöl	Salz
Weißer Pfeffer		

Für Pak Choi, Garnelen:

2 kleine Pak Choi	200 g Garnelen	Olivenöl
-------------------	----------------	----------

Für das Pesto:

2 Bund Basilikum	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone, Saft
30 g Parmesan	30 g Cashewkerne	100 ml Sonnenblumenöl
Salz		

Für die Riesengarnelen:

4 Riesengarnelen	Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------------	----------	---------------

Für die Parmesanchips:

100 g Parmesan	2 EL Fenchelsamen	
----------------	-------------------	--

Für das Risotto:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebel abziehen und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin 3-4 Minuten anschwitzen. Den Fond parallel in einem Topf zum Kochen bringen und dann auf kleiner Flamme heiß halten.

Risottoreis zu den Zwiebeln hinzufügen und unter Rühren in 2-3 Minuten glasig andünsten. Mit Weißwein ablöschen und unter weiterem Rühren verkochen lassen. Die Hitze etwas reduzieren.

Nach und nach den Fond kellenweise zum Reis geben und vor jeder weiteren Kelle völlig einkochen lassen. Währenddessen immer wieder umrühren, damit der Reis nicht anbrennt. Diesen Vorgang wiederholen, bis Fond aufgebraucht und der Reis außen cremig und innen bissfest ist.

Parmesan reiben, Zitronen halbieren und auspressen. Wenn der Reis die gewünschte Konsistenz erreicht hat, Butter, Parmesan und Zitronensaft unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für Pak Choi, Garnelen:

Pak Choi waschen, in Streifen schneiden und mit den Garnelen in etwas Olivenöl anbraten. Später unter das Risotto heben.

Für das Pesto:

Basilikum inklusive des oberen Teils der Stiele grob hacken, mit Sonnenblumenöl in einen Zerkleinerer geben und im ersten Schritt vorpürieren. Zitrone halbieren und auspressen. Knoblauch abziehen.

Parmesan grob zerkleinern. Zitronensaft, Cashewkerne, Parmesan und Knoblauch zugeben, pürieren und mit Salz abschmecken.

Für die Riesengarnelen:

Riesengarnelen putzen und in einer Pfanne kurz auf beiden Seiten in Olivenöl scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Parmesanchips:

Fenchelsamen im Mörser sehr klein zerstoßen. Parmesan reiben, in kleinen Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, flachdrücken und mit den Fenchelsamen bestreuen. 8-10 Minuten backen bis sie goldgelb sind.

Anette Nagel am 10. Februar 2025