

Wachteln ägyptischer Art mit Pilaw-Risotto

Für 2 Personen

4 Wachteln a 100 g	100 g Langkornreis	150 g Speck, fett, dünn
1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch	125 g Cherrytomaten
20 g Aprikosen, getrocknet	20 g Rosinen, getrocknet	20 g Datteln, getrocknet
20 g Pinienkerne	500 ml Kalbsfond	50 g Butterschmalz
6 EL Olivenöl	50 g Parmesan	1 Stengel Petersilie, kraus
1 Msp. Safran	Salz	Pfeffer, schwarz

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. In einer heißen Pfanne die Pinienkerne kurz anrösten. Die getrockneten Datteln, Rosinen und Aprikosen klein hacken und mit den gerösteten Pinienkernen vermischen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und den Knoblauch darin glasig braten. Den Reis dazugeben und drei Minuten glasig rösten, anschließend mit der Frucht-Pinienkern-Mischung vermengen und mit Salz und dem Safran würzen. Nach und nach den Kalbsfond dazugeben, bis das Risotto eine sämige Konsistenz hat. Die Tomaten halbieren, entkernen und fein würfeln. Den Parmesan reiben. Die Tomaten und den Parmesan unter den Reis mischen. Die Wachteln waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Anschließend mit den Speckscheiben umwickeln. Das Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Wachteln darin rundherum acht Minuten anbraten. Anschließend bei geschlossenem Deckel und schwacher Hitze fertig braten. Das Risotto und die Wachteln auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit dem Petersilienstengel garnieren.

Joachim Herbst am 22. April 2010