

# Risotto von grünem und weißen Spargel, Mais-Poularde

## Für 4 Personen

### Für die Poularde:

4 Maispouardenbrustfilets	4 Blätter Salbei	50 g Parmaschinken
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	2 EL Olivenöl
Meersalz	Pfeffer	2 EL Butter

### Für das Spargelrisotto:

300 g weißer Spargel	500 g grüner Spargel	Meersalz
Zucker	1 Zwiebel	500 ml Geflügelbrühe
2 EL Olivenöl	40 g Butter	150 g Risottoreis
50 g Parmesan	Muskat	

### Für die Salsa verde:

1/2 Zitrone	3 Stängel Kerbel	3 Stängel glatte Petersilie
1/2 Bund Basilikum	1 Zweig Zitronenthymian	80 ml Olivenöl
Meersalz	Pfeffer	1 Spritzer Rotweinessig

Die Maispouardenfilets von eventuellen Sehnen befreien. An der dicksten Stelle der Pouardenbrüste längs mit einem Messer eine Tasche einschneiden und mit jeweils einem Salbeiblatt und etwas Parmaschinken füllen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Weißer Spargel schälen und die Enden abschneiden. Grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die Enden abschneiden. Vom weißen und grünen Spargel die Spitzen mit dem zarten oberen Teil der Stangen abtrennen.

Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen, mit etwas Salz und einer Prise Zucker aromatisieren und die Spargelspitzen darin kurz blanchieren. Dann herausnehmen und gleich in Eiswasser abschrecken. Anschließend abtropfen lassen.

Restlichen Teil des grünen Spargels im Spargelwasser ca. 6 Minuten weich kochen und ebenfalls abschrecken, damit die Farbe erhalten bleibt. Dann abtropfen lassen, grob schneiden und fein pürieren.

Restlichen Teil des weißen Spargels roh in feine Würfel schneiden.

Die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Die Geflügelbrühe in einem Topf aufkochen.

Für das Risotto das Öl und die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen. Die Zwiebelwürfel und die weißen Spargelwürfel darin andünsten. Den Reis hinzufügen und umrühren. Alles 2 Minuten glasig schwitzen. Dann nach und nach die heiße Geflügelbrühe angießen, sodass der Reis während des Garens stets mit Flüssigkeit bedeckt ist. Den Reis ca. 20 Minuten knapp al dente garen.

In der Zwischenzeit für die Salsa verde von der Zitrone den Saft auspressen. Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Kräuterblätter grob hacken und mit dem Olivenöl in einem Mixer pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Zitronensaft und Essig nach Geschmack abschmecken

Die gefüllten Pouardenbrüste mit Salz und Pfeffer würzen.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen, Rosmarin- und Thymianzweig zugeben und die Fleischstücke darin zunächst auf der Hautseite goldbraun anbraten. Dann wenden, die Butter zugeben und die Maispouardenbrüste fertig braten.

Den Parmesan fein reiben.

In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Spargelspitzen darin schwenken. Mit etwas Salz, Zucker und Muskat würzen.

Ist das Risotto al dente, den Topf vom Herd nehmen, die restliche Butter, das grüne Spargelpüree und den Parmesan einarbeiten, abschmecken.

Das Risotto mittig auf den Tellern platzieren, Spargelspitzen drauf geben. Maispoularde daneben anrichten und die Salsa verde darauf verteilen.

Frank Buchholz am 20. April 2018