

Informationen zur Sendung vom 23.01.2024

Kürbisrisotto mit gebratenen Kräuterseitlingen

Von Ulla Scholz

Zutaten (für 4 Portionen)

Risotto

750 g Hokkaido
250 g Risottoreis
750 ml Gemüse- oder Hühnerbrühe
60 g Butter oder Pflanzenfett
250 ml Weißwein
6 EL Olivenöl
2 Schalotten
2 Lorbeerblätter
70 g Parmesankäse oder Ersatz
(siehe Küchentipp)

Pilze

250 g Kräuterseitlinge
2 Knoblauchzehen
Olivenöl zum Anbraten
Salz
Pfeffer

Außerdem

Frische Blattpetersilie

Zubereitung

Den Kürbis mit einem stabilen Messer halbieren und entkernen. Das Gemüse in 1 cm große Würfel teilen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Gemüswürfel darauf ausbreiten. Salzen, pfeffern und die Kürbisstücke mit etwas Olivenöl beträufeln. Im vorgeheizten Backofen – bei 180 Grad – circa 20 Minuten schmoren.

Die Schalotten schälen und fein würfeln. In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Würfelchen darin anschwitzen. Den Reis zugeben und gründlich rühren. Mit Weißwein ablöschen und weiterrühren, bis der Weißwein verkocht ist. Nun $\frac{2}{3}$ der heißen Gemüsebrühe angießen, alles umrühren und mit einem Lorbeerblatt und etwas Salz würzen.

Einen Deckel auflegen und die Herdtemperatur auf die geringste Stufe stellen. Die Garzeit beträgt 15 – 20 Minuten. Zwischendurch mehrmals umrühren.

Ein Risotto zu kochen, erfordert anfänglich etwas Fingerspitzengefühl. Je nach Sorte und Lagerungszeit nehmen die Körner unterschiedlich viel Flüssigkeit auf. Besser etwas mehr Fond bereithalten, damit man später noch verlängern kann

Die Kräuterseitlinge in hauchdünne Scheiben schneiden. Zerbrochene Pilzscheiben oder Endstücke in der restlichen Gemüsebrühe aufkochen und ziehen lassen. Die Pilze in einer Pfanne in Olivenöl von beiden Seiten knusprig rösten. Sind sie zu dick geschnitten, wird diese Pilzsorte schnell zäh. Mit Knoblauch und frischen Petersilienblättern würzen und noch ein wenig weiter braten. Zuletzt mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Kürbisstücke aus dem Ofen nehmen. Sie sollten noch etwas Biss haben. Die Gemüsebrühe durch ein Sieb gießen, die ausgekochten Pilzstückchen wegwerfen. Etwa $\frac{1}{4}$ der Gemüswürfel zugeben und alles zusammen pürieren. Den Parmesankäse fein reiben und zur Seite stellen.

Wenn das Risotto fast fertig ist, wird die pürierte Kürbisbrühe untergerührt. Sie verleiht dem Reis später eine kräftige orange Farbe. Zuletzt die Butter und den Parmesankäse unterrühren. Der Reis sollte im Kern noch etwas Biss behalten.

Informationen zur Sendung vom 23.01.2024

Kürbisrisotto mit gebratenen Kräuterseitlingen

Von Ulla Scholz

Anrichten

Vor dem Servieren die Kürbiswürfel noch einmal kurz erwärmen. Den Reis auf Tellern verteilen. Das Risotto mit gebratenen Pilzscheiben, Kürbiswürfelchen und Blattpetersilie garnieren.

Ullas Küchentipps

Parmesankäse ersetzen

Da Parmesankäse durch den Zusatz von tierischem Lab kein vegetarisches Produkt ist, kann man entweder ein Ersatzprodukt kaufen oder für das Risotto ein Ersatzprodukt selbst herstellen.

Zutaten

50 g Mandelmus
0,5 ml Wasser
1 – 2 EL Hefeflocken
Etwas Salz

Zubereitung

Das Mandelmus in eine Schüssel füllen. Wasser, Hefeflocken und Salz zugeben, dann mit einem Schneebesen gut verrühren.

Risotto-Regeln

Nur echten italienischen Risotto-Reis verwenden. Die Sorten heißen Vialone Nano, Carnaroli und Arborio.

Reiskörner vor der Zubereitung nur ganz kurz waschen, da die Stärke sonst ausgespült würde.

Einen Topf mit rundem Innenrand benutzen, damit der Kochlöffel alle Reiskörner beim Rühren erreichen kann.

Den Reis so lange vorsichtig anbraten, bis er glasig aussieht.

Den Wein – er sollte trocken, aber nicht zu sauer sein – vollständig verkochen lassen. Der Alkoholgehalt wird dadurch reduziert und nur der Geschmack bleibt. Alkoholfreier Wein ist ebenso möglich.

Die Brühe vor dem Angießen erhitzen, da sonst der Kochvorgang ständig unterbrochen würde.

Im letzten Drittel der Garzeit nicht mehr viel rühren. Das Risotto mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.

Informationen zur Sendung vom 23.01.2024

Kürbisrisotto mit gebratenen Kräuterseitlingen

Von Ulla Scholz

Butter und Parmesan erst vor dem Anrichten unterheben. Die Konsistenz im Topf ist fließend und cremig.

Die Reiskörner sollten im Kern noch etwas Biss haben.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!