

Rainer Klutsch Zitronenrisotto mit Parmesanhippe

Freitag, 12. Juni 2020
Rezept für 4 Personen

Dauer: 45 Minuten
Schwierigkeitsgrad: einfach
Mediterran

Zutaten:

Für die Parmesanhippen:

120 g Parmesan am Stück

Für den Risotto:

1 Bio-Zitrone
2 Schalotten
800 ml Gemüsebrühe
2 EL Butter
200 g Risottoreis
1 Bund Rucola
50 g Parmesan
1 TL Zitronenmarmelade
etwas Salz
etwas Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

1. Für die Parmesanhippen den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
2. Parmesan fein reiben und jeweils etwa 30 g fein geriebenen Parmesan zu einem etwa 12 cm großen Quadrat dünn auf das Backpapier streuen.
3. Das Blech in den Ofen geben und die Parmesanquadrate ca. 5 Minuten garen, bis der Käse geschmolzen ist. Dann das Blech aus dem Ofen nehmen und die Parmesanhippen vorsichtig vom Blech lösen und auf Küchenpapier auskühlen lassen.
4. Für den Risotto die Zitrone abwaschen und abtrocknen, die Schale abreiben, und den Saft auspressen.
5. Schalotten schälen, fein würfeln.
6. Die Gemüsebrühe in einem Topf aufkochen.
7. Etwas Butter in einem Topf erhitzen. Die Schalotten darin anschwitzen. Den Reis einstreuen und unter Rühren ebenfalls kurz farblos anschwitzen.
8. Nach und nach die heiße Brühe hinzugießen und den Risotto ca. 10 Minuten garen, dabei immer wieder umrühren.
9. Unter den Risotto Zitronenschale und den Saft zugeben, weitere ca. 10 Minuten garen, dabei immer wieder umrühren und bei Bedarf Brühe zugeben.
10. Rucola abspülen, trocken schütteln und grob schneiden. Parmesan fein reiben.
11. Unter den Risotto restliche Butter, Parmesan und Zitronenmarmelade rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt Rucola locker untermischen und anrichten.
12. Parmesanhippen zum Risotto reichen.

Pro Portion: 485 kcal / 2020 kJ

43 g Kohlenhydrate, 21 g Eiweiß, 25 g Fett