

Daniele Corona Risotto mit Hokkaido-Kürbis und Radicchio

Montag, 18. Oktober 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Mediterran

Zutaten:

Für den Risotto:

250 g	Hokkaido-Kürbis (ohne Kerne)
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
5 g	frischer Ingwer
1 Zweig	Thymian
1 l	Gemüsebrühe
2 EL	Olivenöl
1 TL	Currypulver
250 g	Risottoreis (z.B. Sore Carnaroli, Arborio)
125 ml	Weißwein trocken
1	Lorbeerblatt
40 g	Parmesan
1/2	Bio-Zitrone
40 g	kalte Butter
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
4	Amarettini-Kekse



Für den Salat:

2 EL	Kürbiskerne
1 EL	Puderzucker
2 EL	Kürbiskernöl
100 g	Radicchio
100 g	Hokkaido-Kürbis (ohne Kerne)
2 EL	weißer Balsamico
1 TL	Honig
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Für das Risotto den Kürbis abwaschen und mit der Schale in etwa 1 cm große Würfel schneiden.
2. Die Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.
3. Ingwer schälen, den Thymianzweig abbrausen.
4. In einem Topf die Gemüsebrühe erhitzen.
5. In einem weiteren Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel und Kürbiswürfel darin anschwitzen. Knoblauch hinzugeben, mit dem Currypulver bestäuben, den Reis einrühren und glasig dünsten.

6. Dann mit dem Weißwein ablöschen. Sobald der Weißwein aufgenommen wurde, nach und nach mit der heißen Gemüsebrühe auffüllen. Thymianzweig und Lorbeerblatt hinzugeben, den Ingwer fein reiben und ebenfalls hinzugeben.
7. Unter ständigem Schwenken oder Rühren, das Risotto langsam gar köcheln.
8. In der Zwischenzeit Parmesan fein reiben. Zitrone heiß abwaschen, etwas Schale abreiben und Saft auspressen.
9. Für den Salat in einer Pfanne ohne Fett die Kürbiskerne anrösten, mit Puderzucker bestäuben, diesen kurz karamellisieren lassen, mit ein paar Tropfen Kürbiskernöl verfeinern. Dann die Kerne auf Backpapier geben und abkühlen lassen.
10. Radicchio putzen, waschen, abtropfen und in feine Streifen schneiden.
11. Das Kürbisstück abwaschen, schälen und dann mit einem Sparschäler in feine Streifen schneiden.
12. Kürbis- und Radicchio-Streifen in einer Schüssel vermengen. Balsamico, etwas Kürbiskernöl, Honig, Salz und Pfeffer zugeben und untermischen.
13. Sobald der Reis nach etwa 18-20 Minuten mit noch leichtem Biss (al dente) gegart ist, das Lorbeerblatt und den Thymianzweig entfernen. Die kalte Butter zugeben und unterrühren. Dann Parmesan zugeben, ebenfalls unterrühren und alles zu einem cremigen Risotto vermischen.
14. Das Risotto mit Salz, Pfeffer, Zitronen- Abrieb und einem Spitzer Zitronensaft würzen.
15. Das cremig Risotto auf Tellern anrichten. Den Salat in feinen Häufchen auf das Risotto setzen. Mit Kürbiskernen und Kürbiskernöl verfeinern. Die Amarettini-Kekse zerstoßen und darüber streuen.

**Pro Portion: 635 kcal/ 2650 kJ
67 g Kohlenhydrate, 13 g Eiweiß, 32 g Fett**