

**Antonina Biebrich**  
**Schwarzes Risotto mit glasiertem**  
**Schweinebauch und Brokkoli**

Dienstag, 26. Januar 2021

Rezept für 4 Personen

**Dauer: ca. 1 Stunde**  
**Schwierigkeitsgrad: einfach**  
**Weltküche**

### Zutaten:

#### Für den Risotto:

2	Schalotten
500 ml	Gemüse- oder Geflügelbrühe
50 g	Parmesan
½	Limette (Saft)
2 EL	Olivenöl
160 g	schwarzer Risottoreis (Riso Venere)
40 ml	Weißwein
2 EL	Mascarpone
2 EL	Butter
1 Spritzer	Sojasauce
etwas	Pfeffer aus der Mühle

#### Für den Schweinebauch:

100 ml	Sojasauce
6 EL	Honig
100 ml	Bier (Pils)
1 TL	Speisestärke
500 g	Schweinebauch
2 EL	Pflanzenöl zum Braten (z.B. Rapsöl)
etwas	Salz
etwas	Pfeffer

#### Für den Brokkoli:

1	kleiner Brokkoli (oder 12 Stangen Brokkolini)
etwas	Salz
10 g	frischer Ingwer
1 EL	Butter
etwas	Sojasauce
1 Prise	Zucker
etwas	Salz

### Zubereitung:

1. Für das Risotto die Schalotten schälen und fein schneiden. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen. Den Parmesan fein reiben. Von der Limette den Saft auspressen.
2. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin glasig anschwitzen. Den Reis zugeben und mit anschwitzen.
3. Dann mit Weißwein ablöschen und diesen fast vollständig einkochen lassen.
4. Anschließend mit der Hälfte der heißen Brühe aufgießen und den Risotto etwa 20 Minuten bissfest garen, dabei immer wieder umrühren und Brühe nachgießen.



5. In der Zwischenzeit für die Glasur des Schweinebauchs Sojasauce, Honig und Bier in einen Topf geben, aufkochen und so lange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit leicht eindickt.  
Vorsicht: durch das Bier kann es sehr schäumen.
6. Speisestärke mit 1 EL Wasser verrühren und die Glasur damit binden.
7. Für den Brokkoli in einem großen Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Brokkoli waschen, putzen und in Röschen zerteilen. Brokkoliröschen im kochenden Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, aus dem Topf nehmen und abtropfen.
8. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
9. Schweinebauch in 4 Scheiben schneiden. In einer Pfanne Pflanzenöl erhitzen und darin die Schweinebauchscheiben von beiden Seiten kross anbraten.
10. Die gebratenen Schweinebauchscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und mit der Bierglasur bestreichen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und für ca. 4 Minuten in den heißen Backofen geben.
11. Sobald das Risotto bissfest gegart ist, Mascarpone, Butter, Parmesan, Limettensaft, Sojasauce und Pfeffer unterrühren und abschmecken.
12. Für den Brokkoli Ingwer schälen und fein schneiden.
13. In einer Pfanne Butter erhitzen. Brokkoli, Ingwer und Sojasauce zugeben und in der Pfanne schwenken. Mit einer Prise Zucker und Pfeffer abschmecken.
14. Risotto auf vorgewärmten Tellern anrichten. Den Brokkoli anlegen und den Schweinebauch darauflegen.

**Pro Portion: 975 kcal / 4080 kJ**  
**57 g Kohlenhydrate, 35 g Eiweiß, 67 g Fett**