

Kochen

Caroline Autenrieth

Montag, 27.01.2020

Radicchio-Risotto und Orangen-Chinakohlsalat

Für 4 Personen

Zutaten

Für das Risotto

2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 Kopf Radicchio
2 EL Olivenöl
1 Liter Gemüsebrühe oder Wasser
250 g Risottoreis
Salz
Pfeffer
50 ml Weißwein
einige Safranfäden
1 TL Zucker
80 g Parmesan
40 g Butter

Für den Salat

1 Chinakohl, klein
1 Bio-Orange
2 EL Orangensaft, ca.
0,5 TL Speisestärke
40 g Walnüsse
1 EL Balsamessig, hell
1 TL Senf, mittelscharf
4 EL Olivenöl



Zubereitung

1. **Für das/den Risotto** Schalotten und Knoblauch abziehen und fein hacken.
2. Radicchio putzen, abbrausen und fein schneiden.
3. Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten.
4. Mit ca. 100 ml Brühe oder Wasser ablöschen und fast ganz einkochen lassen.
5. Anschließend den Reis zugeben und ca. 2 Minuten andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
6. Dann übrige Brühe oder Wasser nach und nach unter Rühren zugeben und jeweils einköcheln lassen.
7. Dann erst wieder Flüssigkeit zugeben und insgesamt ca. 25 Minuten garen.
8. Inzwischen den Wein erhitzen, Safranfäden darin ziehen lassen.
9. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Radicchio zugeben, ca. 2 Minuten braten und beiseitestellen.
10. **Für den Salat** Chinakohl putzen, abbrausen und klein schneiden.
11. Orange abbrausen und trockentupfen. 1 TL Schale abreiben. Übrige Orange dick schälen, sodass die weiße Haut mit entfernt wird.
12. Orangenfilets zwischen den Trennhäuten herausschneiden, den Saft dabei auffangen.

13. Orangensaft und aufgefangenen Saft kurz erhitzen. Stärke mit kaltem Wasser anrühren und unter den köchelnden Saft rühren, leicht binden und abkühlen lassen. Nach Belieben noch etwas Zucker unterrühren

14. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und ebenfalls abkühlen lassen.

15. Essig, Salz, Pfeffer, Orangensud, Orangenschale, Senf und Öl verrühren. Mit Chinakohl mischen. Orangenfilets unterheben und bis zum Servieren ziehen lassen.

16. Risotto vom Herd ziehen. Butter und Parmesan unterrühren.

17. Safran-Wein-Sud und Radicchio unterheben und abschmecken (für ein sattgelbes Risotto, noch 1 oder 2 Prisen Kurkuma unterrühren.

18. Risotto und den Salat anrichten und servieren.

Tipp: Zum Radicchio-Risotto passen gebratene Pilze, z. B. Austernpilze oder Kräuterseitlinge. Auch kurz gebratenes Fleisch wie Hühnchen oder Fisch passt super dazu. Wer mag streut noch frische Kräuter wie Petersilie über das Risotto.