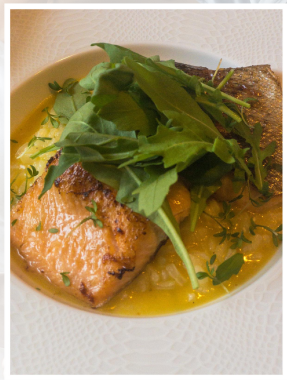


EINKAUFLISTE - 4 Pers.

Kürbis Risotto mit Lachsforelle

- 1 Schalotte (oder kleine Zwiebel)
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- 320g Risottoreis
- ca. 1l Gemüsebrühe
- 100ml Weißwein
- 1/2 Hokaido Kürbis
- 60g Parmesan
- Butter
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Rucola
- ggf. Kresse
- 4x Lachsforellen-Filet
oder 4 Lachsfilet (TK)



GREGER
Andi Greger

Über mich:

- Andreas „Andi“ Greger
- Baujahr 1985
- Gelernter Koch, Restaurantfachmann und Konditor
- Kochschule Neusäß (in Gründung, geplanter Beginn: Anfang 2021)



Rezept aus dem LiveCooking 21.11.2020

Kürbis

- in gleichmäßige Würfel schneiden
- in wenig gesalzenem Wasser weich kochen (währenddessen mit dem Risotto starten)
- Wenn die Würfel noch leicht biss haben, ca. 1/3 auf die Seite stellen
- Den Rest pürieren

Risotto

- Schalotten und Knoblauch fein würfeln und in Olivenöl ohne Farbe anschwitzen
- Reis zugeben und kurz mit anschwitzen
- Mit Weißwein ablöschen und kurz ein reduzieren lassen
- Mit Brühe auffüllen, so dass der Reis bedeckt ist
- Ab jetzt immer rühren bis die Brühe gut aufgesaugt wurde, dann wieder mit Brühe auffüllen
- Wenn der Reis weich ist, den pürierten Kürbis, den Parmesan und die Butter unterheben
- Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken

Lachsforelle/Lachs

(ggf. die Hautseite kurz in Mehl tauchen)

- Das Filet in wenig Olivenöl auf der Hautseite anbraten
- wenden und dann die Pfanne auf die Seite ziehen

Das Risotto auf einem Teller anrichten, das Fischfilet darauf anrichten und mit Rucola und Kresse dekorieren. Darüber noch etwas Parmesan reiben.

