

Bioleks: Risotto Milanese

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/bioleks-risotto-milanese

Risotto-Grundrezept

Zutaten für 4 Personen als Hauptgericht oder für 6 Personen als Vorspeise:

- 1 1/2 Liter Geflügelfond, am besten selbstgekocht oder fertiger Fond aus dem Glas oder Hühnerbrühe
- 1 kleine Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 250g italienischer Rundkorn-Reis
- 45g Butter
- reichlich Parmesan, 80g
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den Fond erhitzen und am Sieden halten. Die Zwiebel pellen und sehr fein hacken. Das Olivenöl in einem großen Topf (3 Liter) mit schwerem Boden erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Den trockenen Reis (vorher nicht waschen) einstreuen und mit einem Holzlöffel rühren, bis er glasig aussieht und ganz leicht angeröstet ist. Die Hitze nun etwas höher stellen.

Etwa 125ml siedend heißen Fond angießen. Unter ständigem Weiterrühren kochen, bis der Reis den Fond ganz aufgesogen hat. Dann wieder 125ml heißen Fond zugießen und unter geduldigem Rühren kochen, bis wieder alle Flüssigkeit aufgenommen ist. Das Ritual so lange wiederholen, bis der Reis cremig und weich, jedoch nicht zu Mus verkocht ist. Er muss noch körnig sein. Das dauert ca. 30 Minuten.

Wichtig ist, daß er ständig rührend kocht und sich nicht am Boden ansetzt. Hat der Reis nach 30 Minuten immer noch einen harten Kern, der Fond ist aber aufgebraucht, so kann man statt dessen heißes Wasser in kleinen Mengen nehmen, bis der Reis gar ist.

Nun den Topf vom Herd nehmen und die Butter sowie den geriebenen Parmesan unter kräftigem Rühren ca. 2 Minuten lang mit dem Reis vermischen. Dabei notfalls noch einige Löffel Fond oder Wasser zugeben, wenn der Risotto noch nicht die gewünschte cremige Konsistenz hat.

Zuletzt den Risotto noch mit Salz und Pfeffer abschmecken und sofort servieren.

Risotto Milanese

Zutaten:

- Die Zutaten des o.g. Grundrezeptes, aber 125ml weniger Geflügelfond
- 125ml Kalbsfond
- 1/2 TL Safranfäden oder 1/8 TL Safranpulver
- eventuell 1 Bund Suppengemüse

Zubereitung:

Die Safranfäden oder das Pulver im erhitzten Kalbsfond auflösen. Farbe und Aroma entwickeln sich erst in der Hitze.

Wenn man mag, das Suppengemüse waschen, putzen und sehr klein würfeln. Mit der fein gehackten Zwiebel andünsten.

Weiter wie im o.g. Grundrezept. Nach 15 Minuten wird der Safran-Kalbsfond angegossen, sonst bleibt die Zubereitung gleich

Rezept: Alfred Biolek

Quelle: alfredissimo! 10.2.1995

Prominenter Gast: Blix Bargeld