

Bioleks: Risotto mit Radicchio

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/bioleks-risotto-mit-radicchio/

Risotto-Grundrezept

Zutaten für 4 Personen:

- 250g italien. Rundkorn-Reis
- 1 1/2 Liter Geflügel-Fond
- 1 kleine Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 45g Butter
- reichlich frisch geriebenen Parmesan, ca. 80g
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den Fond (es darf kein konzentrierter sein!) erhitzen und am Sieden halten.

Die Zwiebel pellen und sehr fein hacken. Das Öl in einem großen Topf (3 Liter) mit schwerem Boden erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Den trockenen Reis (vorher nicht! gewaschen) 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. Dieses Ritual so lange wiederholen, ca. 30 Minuten, bis der Reis cremig und weich, jedoch nicht zu Mus verkocht ist. Er muß noch körnig sein.

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 in kleinen Mengen heißes Wasser nehmen, bis der Reis gar ist.

Nun den Topf vom Herd nehmen und die Butter sowie den geriebenen Parmesan unter kräftigem Rühren mit dem Reis vermischen, so daß eine cremige Konsistenz entsteht.

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

Risotto mit Radicchio

Zutaten für Risotto mit Radicchio:

- 3-4 ganz kleine Köpfe Radicchio
- 1 Zwiebel
- 2 EL Öl
- 1/8 Liter trockener Weißwein
- Salz
- Pfeffer

außerdem:

Risotto-Grundrezept

Zubereitung:

Radicchio waschen, vierteln, den weißen Strunk entfernen und die Viertel grob zerschneiden.

Die Zwiebel fein würfeln und im Öl glasig dünsten. Den Radicchio zugeben und 4-5 Minuten mitdünsten, bis er knapp davor ist, weich zu werden.

Mit Wein ablöschen, salzen, pfeffern und den Sud bei starker Hitze 2-3 Minuten einkochen, dann vom Herd nehmen.

Risotto nach dem Grund-Rezept zubereiten, allerdings den geschmorten Radicchio beim ersten Angießen der Brühe mit unter die Reiskörner mischen.

Rezept: Alfred Biolek

Quelle: alfredissimo! 15.9.1995