

Lichters Originale - Rezept Kürbisrisotto und Kalbskoteletts

 [www.swrfernsehen.de /lichters-originale-rezept-kuerbisrisotto-und-kalbskoteletts/-/id=2798/did=14798136/nid=2798/1yakwyd/index.html](http://www.swrfernsehen.de/lichters-originale-rezept-kuerbisrisotto-und-kalbskoteletts/-/id=2798/did=14798136/nid=2798/1yakwyd/index.html)

SENDETERMIN Di, 22.12.2015 | 10:50 Uhr | SWR Fernsehen

Folge 1 - Unterwegs im Markgräfler Land

Die Gaststätte "Zum Hirschen" in Müllheim-Britzingen zählt zu Horst Lichters Lieblingslokalen. Dort gibt es bodenständige Küche, die der Feinschmecker Horst Lichter besonders liebt. Hier finden Sie das Rezept aus der ersten Folge "Lichters Originale - Unterwegs im Markgräfler Land" zum Nachkochen.

Koch/Köchin:

Rezepte von Martin Schumacher, Gasthaus Hirschen
in Müllheim-Britzingen



Einkaufsliste:

Kürbisrisotto (2 Pers.):

150 g Muskatkürbisbrunoise
120 g Arborio Risottoreis
1 große Schalotte
0,1l trockener Weißwein (vorzugsweise Gutedel)
0,7l Geflügelbrühe
60 g geriebener Parmesan
1 Stück Parmesanrinde und Butter
1 Stück kalte Butter

Kalbskotelette (4 Pers.)

4 Kalbskoteletts a 180 g
Salz, Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 Eßl. Sonnenblumenöl
2 Eßl. Butter
Rosmarinzweig

Zubereitung:

Kürbisrisotto

Schalotten würfeln u. in Olivenöl anschwitzen, Reis dazu geben und mit andünsten, mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen, Parmesanrinde dazu geben, mit heißer Geflügelbrühe nach und nach auffüllen, ca. 20 Min. währenddessen die Kürbisbrunoise in Butter anschwitzen und bis zur gewünschten Konsistenz garen, Parmesanrinde entfernen, geriebenen Parmesan und ein Stück kalte Butter und die Parmesanbrunoise dazu geben. Vorsichtig verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

(Anmerkung der Setzerin: "Brunoise" sind ganz klein geschnittene Gemüsestückchen...)

Kalbskotelette

Koteletts salzen und scharf von jeder Seite anbraten,
im 160 Grad heißen Ofen 10 Min. nachgaren lassen,
heraus nehmen, mit Alufolie abdecken und 10 Min. ruhen lassen,
vor dem Anrichten der Koteletts in aufschäumender Butter unter stetigen begießen nochmal kurz nachbraten, mit
schwarzem Pfeffer und feingehackten Rosmarin würzen und etwas heißer Kalbsjus beträufeln.