

Grünes Spargelrisotto - klassisch italienisch

Zutaten für 3 Portionen

200g Risottoreis
50 g Schalotten, geschälten
3 Knoblauchzehen, geschälten
3 EL Olivenöl
100 ml Weißwein, trocken
500 ml Gemüsebrühe
35 g Butter
50 g Pecorino oder anderer ital. Hartkäse
1 Bund Spargel
2 EL Balsamico, weiß
10 große Basilikumblätter
1 große Fleischtomate (ca. 250 G)
Meersalz
Pfeffer, frisch gemahlen
einige Basilikumblätter, kleine

Zubereitung

Zunächst ein paar Vorbereitungen: für den Reis die Schalotten ganz klein würfeln, den Knoblauch fein hacken, den Pecorino reiben und die Gemüsebrühe separat erhitzen. Von dem geputzten Spargel die Köpfe abschneiden und beiseite legen. Die Spargelstangen schräg in mundgerechte Stücke und die Fleischtomate in Würfel schneiden.

Die Schalotten und den Knoblauch in einem beschichteten Topf in 2 EL Olivenöl bei großer Hitze 1/2 Minute anbraten. Den Risottoreis dazugeben und eine weitere Minute rösten, dabei ständig umrühren. Mit dem Weißwein ablöschen und den Wein unter Rühren verkochen lassen, eine Prise Salz hinzugeben. Den Herd auf mittlere Hitze herunterschalten, die Gemüsebrühe angießen und alles ca. 20 Minuten offen köcheln lassen, gelegentlich umrühren. Wichtig: Wenn die Flüssigkeit verkocht ist bevor der Reis weich ist, immer wieder etwas Brühe oder Wasser dazugeben. Während der Reis kocht, die Spargelstücke (ohne Köpfe) in einem Esslöffel Olivenöl und mit zwei Prisen Salz in einer Pfanne anbraten, dann weiter bei kleiner Hitze etwa 10 Minuten im eigenen Saft dünsten, bis die Flüssigkeit weg ist, zwischendurch immer wieder etwas durchschwenken. Nun einen TL kalte Butter und die Spargelköpfe dazugeben und weitere 5 Minuten braten.

Die großen Basilikumblätter zusammenrollen und in Streifen schneiden.

Die Hitze unter der Pfanne abstellen, den weißen Balsamico und das Basilikum unterrühren, kräftig mit gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen und mit Salz abschmecken.

Die Tomatenwürfel untermischen, die Pfanne vom Herd nehmen und 5 Minuten ruhen lassen.

Der Reis sollte nun weich sein, also bissfest ohne mehlig zu schmecken. Die Butter stückchenweise und den geriebenen Pecorino einrühren. Die Konsistenz soll an einen dickflüssigen Brei erinnern, dafür eventuell noch einen kleinen Schuss Brühe dazugeben.

Zum Schluss den Reis mit dem Spargel locker durchmischen, auf drei tiefe Teller verteilen und sofort mit ein paar frischen Basilikumblättchen, Käsespänen und einigen Tropfen Olivenöl heiß servieren.

Roastbeef - Spargel - Röllchen

Zubereitung

Pro Person 2 Scheiben Roastbeefscheiben à ca. 70 g und 2 Stangen grünen Spargel. Den Spargel im unteren Drittel schälen, dritteln und kurz in Salzwasser garen. Die Fleischscheiben von beiden Seiten salzen und pfeffern. Frisch geriebenen Parmesan mit Salz, Pfeffer und Creme double verrühren und damit die Roastbeefscheiben von einer Seite einreiben. Jeweils 3 Spargelstücke darauf legen, aufrollen und evtl, mit Zahnstochern feststecken.

Die Röllchen von allen Seiten in Öl kurz anbraten, dann noch 2 min garen.