



RISOTTO ALLA RUCOLA MIT ORANGE UND KARDAMOM



Für 4 Personen

ZUTATEN

300 g Risotto Reis z.B. Vialone Nano
2 Bio Orangen (Abrieb, Zesten, Filets und Saft)
100 g Rucola
50 g Schalotten
6 EL Olivenöl
1 TL Kardamom
100 ml Prosecco
250 ml Orangensaft
350 ml Gemüsebrühe
30 g geriebener Parmesan
30 g gesalzene Butter
Salz
frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG

Orangen waschen, trocknen. Die Schale einer Orange abreiben, Saft auspressen. Die Schale der Zweiten mit einem Zestenreißer abziehen. Orange filetieren. Schalotten fein würfeln, Kardamom im Mörser vorsichtig zerstoßen.

Die Hälfte des Kardamoms und Schalottenwürfel mit 5 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten glasig dünsten, Reis zugeben und 1 Minute andünsten. Mit Prosecco und Orangensaft ablöschen und stark einkochen lassen. Mit so viel kochendem Fond aufgießen, dass der Reis knapp bedeckt ist. Risotto 16–18 Minuten unter Rühren garen. Dabei nach und nach den restlichen Fond zugeben. Wenn man das Risotto schwenkt, spürt man, wann es cremig ist und Wellen bildet. „All’onda“ (onda = Welle) ist die perfekte Konsistenz.

Rucola putzen und die Hälfte mit etwas Olivenöl im Mixer pürieren, die andere Hälfte grob zerkleinern. Leicht mit Salz und Kardamom würzen. Risotto beiseitestellen, Käse, Rucola, Butter und Orangenzesten und -abrieb unterrühren. 5 Minuten ziehen lassen.

Mit Rucolablättern und Orangenzesten garnieren.