



Risotto mit gemischten Pilzen und Kräutern

von Mario Kotaska

Zutaten (für vier Portionen)

Risotto

20 g getrocknete Steinpilze
300 ml Wasser (zum Einweichen der Steinpilze)
200 g frische Pfifferlinge (alternativ: Champignons)
200 g frische Kräuterseitlinge
2 TL Butter
1 Knoblauchzehe
1 l Gemüsebrühe
1 EL raffiniertes Olivenöl

1 Schalotte
300 g Risottoreis (z.B. Carnaroli)
150 ml alkoholfreier Weißwein
100 g Parmesan (gerieben)
2 EL Butter
Salz, Pfeffer

Kräuter-Würzmischung (Gremolata)

2 EL frische Petersilie (fein gehackt)
2 EL frisches Basilikum (fein gehackt)
2 EL frischer Estragon (fein gehackt)
1 TL Abrieb einer unbehandelten Bio-Zitrone
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 55 bis 60 Minuten)

Zunächst die Pilze für das Risotto vorbereiten: Die getrockneten Steinpilze in 300 Milliliter Wasser einweichen und 20 Minuten quellen lassen. Die Pilze herausnehmen, grob zerkleinern, mit einem Teelöffel Butter, einer geriebenen Knoblauchzehe, etwas Salz und Pfeffer scharf anbraten und beiseitestellen. Das Einweichwasser der Steinpilze durch ein feines Sieb oder Tuch passieren und zur Gemüsebrühe geben.

Die Kräuterseitlinge putzen, der Länge nach in Streifen schneiden. Die frischen Pfifferlinge (oder Champignons) ebenfalls putzen, halbieren oder je nach Größe vierteln. Kräuterseitlinge und Pfifferlinge (oder Champignons) mit einem Esslöffel raffiniertem Olivenöl anbraten, bis sie Farbe angenommen haben. Beiseitestellen und warmhalten.



Die Brühe mitsamt dem passierten Einweichwasser der Steinpilze zum Kochen bringen. Für das Risotto die Schalotte fein würfeln, in einem Topf mit dem Reis und einem Teelöffel Butter anschwitzen. Sobald der Reis beginnt, glasig zu werden, mit alkoholfreiem Weißwein ablöschen. Wenn dieser komplett einreduziert ist, eine Suppenkelle heiße Brühe angießen. Diesen Vorgang unter ständigem Rühren wiederholen. Jeweils immer nur neue Brühe hinzufügen, wenn der Reis die vorherige Menge fast aufgesogen hat.

Nach drei Durchgängen die vorbereiteten Steinpilze dazugeben, weiter portionsweise Brühe angießen und rühren, bis das Risotto schließlich die gewünschte, weiche Konsistenz hat.

Zum Schluss das Risotto mit geriebenem Parmesan und zwei Esslöffeln Butter cremig verrühren, sowie die angebratenen Kräuterseitlinge und Pfifferlinge (oder Champignons) vorsichtig unterheben. Ein paar gebratene Pilze für die Garnitur zurückhalten.

Für die Gremolata die fein gehackten Kräuter (Petersilie, Basilikum, Estragon) mit einer geriebenen Knoblauchzehe und dem Zitronenabrieb in einer kleinen Schüssel vermischen.

Das Risotto heiß in tiefen Tellern anrichten. Mit den restlichen gebratenen Pilzen und Gremolata garnieren.

Nährwerte pro Portion:

620 kcal – 25 g Fett – 21 g Eiweiß – 65 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch. Käse kann tierisches Lab enthalten.