

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 08. Oktober 2025** ▪
Vegetarische Küche mit Robin Pietsch



Gerry Zimmermann

Rote-Bete-Risotto mit Feta und fruchtigem Romanasalat

Zutaten für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risottoreis
 50 g frische Rote Bete
 100 g vorgegarte Rote Bete
 2 Schalotten
 45 g Butter
 50 g Montello
 100 ml Weißwein
 500 ml Gemüsefond
 4 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Schalotten abziehen und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten sowie den Reis glasig andünsten. Mit dem Weißwein ablöschen und diesen komplett einkochen lassen. Rote Bete schälen und in 1-2 cm große Würfel schneiden. Die rohen Rote-Bete-Würfel hinzugeben. Mit dem Gemüsefond aufgießen, sodass der Reis gerade so bedeckt ist. Den Reis sanft köcheln lassen, bis der Fond weg ist. Wieder Fond aufgießen, sodass der Reis gerade so bedeckt ist. Dieser Vorgang wird ca. viermal wiederholt bis der Reis gar ist.

5 Minuten vor Schluss die vorgekochte Rote Bete klein schneiden und hinzufügen. Nun den Herd ausschalten, die Butter und den geriebenen Montello einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Salat:

1 Romanasalatherz
 1 Zitrone, Saft
 1-2 EL Granatapfelkerne
 1 TL Ahornsirup
 1 EL Olivenöl
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Romanasalat mit Olivenöl, Zitronensaft, Ahornsirup, Salz und Pfeffer marinieren. Granatapfelkerne unterheben.

Für die Garnitur:

1 roter Apfel
 50 g Feta mit mikrobiellem Lab
 15 g Walnüsse
 3 Zweige Petersilie

Walnüsse in einer Pfanne röstne. Einige Apfelscheiben schneiden und damit das Risotto ausgarnieren. Feta als Topping verwenden.

Petersilie abrausen und die Blätter vom Stiel abzupfen. Kurz vor dem Servieren damit garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.