

Jörg Sackmann
Schwarzwurzel-Risotto mit Zitrusfrüchten
und Räuchermakrele

Dienstag, 21. Februar 2017

Rezept für 4 Personen

Dauer: mehr als 4 Stunden
Schwierigkeitsgrad: mittel
Gourmet Küche

Zutaten

Für das Risotto

| | |
|------------|-----------------------|
| 1 | Orange |
| 1 | Grapefruit |
| etwas | Puderzucker |
| 2 Spritzer | Zitronensaft |
| 150 g | Schwarzwurzeln |
| 400 ml | Geflügelfond |
| 2 | Schalotten |
| 3 EL | Olivener Öl |
| 200 g | Risottoreis |
| 50 ml | Weißwein |
| 30 g | Parmesan |
| 1 EL | Butter |
| etwas | Salz |
| etwas | Pfeffer aus der Mühle |
| 250 g | geräucherte Makrele |



Für die Früchtebutter

| | |
|--------|--------------------|
| 100 ml | Orangensaft |
| 90 ml | Grapefruitsaft |
| 100 g | kalte Butter |
| etwas | Salz |
| etwas | Piment d'Espelette |

Zubereitung

Achtung: Die Zitrusfrüchte haben eine Trockenzeit von 4-5 Stunden

1. Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Orange und Grapefruit mit einem Messer schälen, dass keine weiße Haut mehr am Fruchtfleisch haftet, dann die Fruchtfilets herausschneiden. Fruchtfilets auf ein Backblech oder in eine Auflaufform legen, mit Puderzucker bestäuben und im Ofen 4-5 Stunden trocknen lassen.
3. Angetrocknete Zitrusfrüchte in 1 cm große Stücke schneiden.
4. Eine Schüssel mit Wasser und 1 Spritzer Zitronensaft vorbereiten.
5. Die Schwarzwurzeln schälen und direkt in die vorbereitete Wasserschüssel legen, sonst verfärben sich die Wurzeln.
6. Die Schalen abwaschen, mit dem Geflügelfond in einen Topf geben und aufkochen, Topf vom Herd ziehen, 5 Minuten ziehen lassen, dann den Fond durch ein feines Sieb passieren.

7. Schalottenschälen und fein schneiden. Schwarzwurzeln in feine Scheiben schneiden.
 8. In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen, Schalotten und Schwarzwurzeln darin anschwitzen, den Reis zugeben und mit Weißwein ablöschen. Diesen nahezu verkochen lassen, dann nach und nach den vorbereiteten Geflügelfond angießen und den Risotto unter gelegentlichem Rühren leicht köchelnd ca. 20 Minuten garen.
 9. In der Zwischenzeit für die Früchtebutter Orangen- und Grapefruitsaft in einen Topf geben und um die Hälfte einkochen lassen.
 10. Butter in kleine Stückchen schneiden und nach und nach unter den Fruchtsaft rühren, dass eine cremige Sauce entsteht, mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken.
 11. Parmesan fein reiben und mit Butter unter das Risotto rühren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- Risotto in tiefem Teller anrichten. Zitrusfrüchte zugeben, mit Zitrusfrüchtebutter beträufeln. Die Makrele in Stücke zupfen und darauf verteilen.

Pro Portion: 750 kcal / 3142 kJ
53 g Kohlenhydrate, 32 g Eiweiß, 42 g Fett