

Jacqueline Amirfallah
Arancini mit Orangensalat

Mittwoch, 23. Januar 2019
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Mediterran

Zutaten:

Für die Reisbällchen:

2 Zwiebeln
etwas Olivenöl
300 g Risottoreis (z. B. die Sorten Carnaroli oder Vialone Nano)
1/2 l Geflügelbrühe (instant)
50 ml trockener Weißwein
2 EL Butter
50 g frisch geriebener Parmesan
1 Knoblauchzehe
3 Zweige Thymian
200 g Scamorza (italienischer, gereifter Filatakäse)
100 g Lardo oder Pancetta (ital. gewürzter und gereifter fetter Speck)
etwas Salz, Pfeffer aus der Mühle, Zucker
2 Eier
100 g Paniermehl
1 l Frittieröl
1 Bund Basilikum

Für den Orangensalat:

2 Orangen (möglichst sizilianische)
etwas Salz
etwas Zucker
etwas Pfeffer
1 rote Zwiebel
8 schwarze Oliven
2 Zweige Thymian
etwas Olivenöl

Zubereitung:

1. Eine Zwiebel abziehen und fein würfeln. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten.
2. Risottoreis zugeben und unter Rühren glasig andünsten. Brühe erhitzen.
3. Sobald der Reis glasig glänzt, den Weißwein angießen und unter Rühren etwas einkochen. Dann nach und nach immer gerade soviel heiße Brühe angießen, dass der Reis stets knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist.
4. Reis unter Rühren ca. 20 Minuten leicht körnig garen, dabei nach und nach die übrige Brühe angießen. Reis mit Butter und Parmesan verfeinern.
5. Den Reis auf einem großen flachen Teller oder Tablett ausbreiten und abkühlen lassen. (Tipp: Man kann das Risotto auch schon am Vortag kochen)
6. Für die Füllung die übrige Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden.

7. In einer Pfanne 1 TL Olivenöl erhitzen. Die Zwiebelwürfel darin anbraten. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und dazu geben. Thymian abrausen, trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und untermischen, abkühlen lassen.
8. Scamorza und Lardo fein würfeln. Beides mit den Zwiebelwürfeln mischen.
9. Jeweils etwa einen Esslöffel Reis abstechen. Mit angefeuchteten Händen auf der Handfläche flachdrücken. Ca. 1 TL Füllung darauf geben und nochmals die gleiche Menge Reis darauf geben. Hände nochmals etwas anfeuchten und die Reismasse zu einem leicht ovalen Bällchen formen.
10. Die Eier in einem großen tiefen Teller verquirlen. Bällchen nach und nach zunächst im verquirlten Ei und dann im Paniermehl wenden. Diesen Vorgang nochmals wiederholen, bis die Reiskugeln rundherum gleichmäßig paniert sind.
11. Für den Salat Orangen mit einem Messer so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orangen in dünne Scheiben schneiden und auf einem Teller anrichten. Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen.
12. Die Zwiebel schälen und in sehr feine Ringe schneiden. Oliven und Zwiebelringe auf den Orangenscheiben verteilen. Thymian abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Thymian überstreuen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Olivenöl marinieren.
13. In einer Pfanne ca. 2 cm hoch Frittieröl erhitzen. Die Arancini portionsweise im heißen Öl rundum goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.
14. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Arancini, Salat und Basilikum anrichten.

Pro Portion: 1130 kcal / 4735 kJ
87 g Kohlenhydrate; 31 g Eiweiß; 72 g Fett