

# Mit Risotto gefüllte Paprika



Schlottzig, dieses Mal in der Paprikaschote

Für ein gutes Risotto braucht man nicht viel. Guten Risotto-Reis, also Mittelkornreis. Dann pro 125 g Reis etwa 500 ml Flüssigkeit, wahlweise für das erste Ablöschen einen trockenen Weißwein, dann aber Gemüsebrühe. Letztere am besten natürlich selbst zubereitet aus Gemüseabfällen, alternativ auch Gemüsebrühe aus Pulver oder Würfeln. Ein Risotto braucht etwa 20 Minuten Garzeit.

Und es muss schlottzig sein, darf also nicht zu flüssig sein, und auch nicht zu kompakt.

Dazu braucht ein gutes Risotto am Schluss der Zubereitung eine große Portion Butter. Und dann noch viel frisch geriebenen Parmigiano Reggiano oder einen anderen Parmesankäse. Ein Risotto braucht man meistens dann nicht mehr würzen, die Brühe bringt genügend Würze mit. Und auch der Käse hilft da

natürlich dabei.

Für die genaue Zubereitung verweise ich auf das Grundrezept für ein Risotto.

*Für 2 Personen:*

*Für das Risotto:*

- [Grundrezept](#)

*Zusätzlich:*

- 2 rote Paprika

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Min. | Garzeit 20 Min.*



Leckeres, würziges, sämiges Risotto

Die Paprika vom Strunk befreien.

Dann mit einem großen Messer vorsichtig jeweils den Deckel entfernen, aber diesen aufbewahren.

Paprika innen von Kernen befreien.

Risotto nach dem Grundrezept zubereiten.

Parallel dazu Wasser in einem großen Topf erhitzen und Paprika und Deckel darin etwa 6 Minuten garen.

Paprika auf zwei Teller stellen.

Risotto in die beiden Paprika füllen.

Restliches Risotto auf die beiden Teller verteilen.

Deckel dekorativ auf die beiden Teller drapieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Schokolade-Chili-Risotto



Scharf, süß und würzig



Er gibt sein Leben ...

Dies ist mein traditionelles Ostergericht, da ich es auch letztes Jahr an Ostern zubereitet habe.

Leider muss dafür ein Oster-Schokoladenhase sein Leben lassen. Aber in Verbindung mit Pul biber ergibt dies ein ganz tolles, spezielles Risotto. Und um dem Ganzen noch einen draufzusetzen, gebe ich noch Pfirsich-Fruchtgummis hinzu, die sich – da hauptsächlich aus Glukosesirup bestehend – beim Andünsten in der Butter auflösen.

Für das Risotto verwendet man speziellen Risottoreis. Dieser hat die Eigenschaft, dass er – al dente gekocht – außen gegart und weich ist, der innere Kern ist jedoch noch leicht fest und hat Biss.

Die Zubereitung eines Risotto ist einfach und überschaubar. Man benötigt einige Minuten Vorbereitungszeit, um etwas Gemüse zu schneiden. Und dann verbringt man 20 Minuten bei ständigem Rühren am Herd. Man gibt nacheinander portionsweise Flüssigkeit zum Reis und lässt den Reis die Flüssigkeit aufnehmen. Ein Teil der Flüssigkeit verkocht auch. Hat man zum Ende der Zubereitung zuviel Flüssigkeit, hat man einen

Reiseintopf. Reduziert man zuviel, geht man Gefahr, dass der Reis anbrennt. Das Risotto ist fertig, wenn der Reis gegart und die Flüssigkeit weitestgehend reduziert ist.

Es gibt zwar auch die alternative Zubereitungsweise, alle Zutaten einschließlich der zu verwendenden Flüssigkeit in einen Topf zu geben und alles zugedeckt bei mittlerer Temperatur köcheln zu lassen. Bis der Reis gegart ist. Ich bin aber der Meinung, dass die traditionelle Zubereitungsweise unter ständigem Rühren ein besseres Ergebnis liefert.



... für dieses herrliche Risotto

Dieses Ergebnis ist – mit den Worten eines früheren Bekannten – ein schlotziges Risotto. Es schmeckt gehörig scharf, süßfruchtig und salzig-würzig.

#### **Zutaten für 1 Person:**

- 125 g Risottoreis
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 20 g Pfirsich-Fruchtgummis

- 500 ml Gemüsefond
- 1 Oster-Schokoladenhase (50 g)
- 1 TL Pul biber
- $\frac{1}{4}$  Zitrone (Saft)
- Salz
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 25 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Fruchtgummi dazugeben und auflösen. Reis hinzugeben und kurz mit anbraten.

Nun nacheinander bei mittlerer Temperatur jeweils einen halben Schopflöffel Fond dazugeben, verrühren und den Reis unter ständigem Rühren die Flüssigkeit aufnehmen lassen. Reicht die Menge des Fonds nicht zum Garen des Reis, kann man zum Ende der Garzeit auch etwas trockenen Weißwein verwenden. Bei der letzten Flüssigkeitzugabe Schokoladenhase hineinbröckeln und schmelzen. Pul biber dazugeben. Zitronensaft ebenfalls dazugeben. Salzen. Alles gut vermischen und abschmecken.

In einem tiefen Nudelteller servieren.

---

## Risotto mit Meeresalgen



## Risotto

Zunächst klassisch zubereitet mit Schalotte und Gemüsefond. Dann asiatisch verfeinert mit Fisch- und Sojasauce und Meeresalgen. Für das Garen des Risotto verwendet man besser ein Gemisch aus Gemüsefond und Wasser, da Fisch- und Sojasauce sehr salzig sind. Und auch die Meeresalgen bringen noch Würze mit. Die Algen enthalten viel Jod, wer also gesundheitlich Probleme mit einer Schilddrüsenüberfunktion hat, sollte diesbezüglich etwas vorsichtig sein. Und geschmacklich muss man sich an die verwendeten Meeresalgen erst gewöhnen.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 125 g Risottoreis
- 1 Schalotte
- 300 ml Gemüsefond
- 300 ml Wasser
- 2 EL Fischsauce
- 1 TL Sojasauce
- 5 g Wakame
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 30 Min.

Kaltes Wasser in eine Schüssel geben und die Meeresalgen darin etwa 30 Min. einweichen. Schalotte schälen und kleinschneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Reis und Schalotte darin andünsten. Mit der Fischsauce ablöschen. Nun nacheinander 3–4 Mal das gleiche Prozedere durchführen: mit jeweils einem Schöpflöffel des Fond-Wasser-Gemischs ablöschen, bei mittlerer Temperatur unter ständigem Rühren mit dem Kochlöffel den Reis die Flüssigkeit aufnehmen und sie somit verkochen lassen, bis fast keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Dann wiederholen ... bis der Reis gegart ist. Der Reis soll dann alle restliche Flüssigkeit aufgesogen haben. Kurz vor Ende der Garzeit Sojasauce hinzugeben und verrühren. Dann die Meeresalgen aus dem Einweichwasser heben und unter den Reis heben. Sie müssen nicht mitkochen, sondern sollen nur erhitzt werden. Abschmecken und in einem Pastateller servieren.

---

## **Chinesisches Risotto**





## Risotto

Ja, hallo! Wo gibt's denn sowas? Entweder chinesisch oder als Risotto italienisch – aber beides zusammen? Ich bin vor kurzem bei einem anderen Rezept darüber gestolpert, dass man REIS mit REISwein ablöschen kann/soll. Da dachte ich mir, na klar, wenn der Wein aus Reis hergestellt ist, dann muss er doch hervorragend zu Reis passen. Und dann am besten gleich zu einem edlen Risotto, bei dem der Reis ja eh mehr von der verkochenden Flüssigkeit aufnimmt. Und somit habe ich gleichzeitig noch eine gute Verwendung für meine halbvolle Flasche Shao Xing, ein chinesischer Reiswein. Natürlich wird mit dem Reis für ein wenig mehr an Geschmack eine kleingeschnittene Schalotte und Knoblauchzehe angedünstet. Und für ein wenig mehr an Farbe kommt vor dem Servieren einfach kleingewiegte, frische Petersilie dazu.

Beim Zubereiten findet sich nochmals eine Parallele zwischen chinesischer und italienischer Küche, wie bei den Zutaten Reiswein und Reis für Risotto. Chinesische Gerichte werden im Wok nur kurz gegart, dabei aber ständig *pfannengerührt*, damit immer wechselnde Zutaten im siedenden Öl am Wokboden ganz kurz

garen können. Und bei einem Risotto muss sich ein Arm des Kochs auf etwa 20–30 Minuten ständigen *Rührens* mit dem Kochlöffel einstellen, damit der Reis nicht am Topfboden anbrennt.

Die leicht rötlich-braune Farbe bekommt das Risotto übrigens vom Reiswein. Und tricksen musste ich beim Zubereiten übrigens auch noch, denn mein Vorrat an Reiswein reichte nicht. Ich behelf mir mit – was natürlich? – trockenem italienischen Weißwein. □ Womit sich der Kreis wieder schließt. Wer sich jetzt allerdings fragt, ob man dieses Risotto mit Stäbchen essen muss, dessen Frage kann ich nicht beantworten. □

### **Zutaten für 1 Person:**

- 125 g Risottoreis
- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 750 ml Shao Xing
- $\frac{1}{2}$  Bund Petersilie
- 2 frische Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 20–30 Min.

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Reis darin glasig andünsten. Lorbeerblätter hinzugeben. Nun das übliche Prozedere bei einem Risotto durchführen: etwa 5–6 Mal hintereinander jeweils etwa 100 ml Flüssigkeit zum Reis geben und bei hoher Temperatur insgesamt etwa 20–30 Minuten unter ständigem Rühren vom Reis aufnehmen und zum Teil verkochen lassen, bis der Reis gegart ist. Wenn eine Flasche Reiswein für den Reis nicht reicht, kann man sich mit trockenem Weißwein aushelfen. Die einzelnen Reiskörner sollen zwar

gegart sein, aber noch einen leicht bissfesten Kern haben.

Dann Lorbeerblätter herausnehmen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Stück kalte Butter unterheben. Petersilie kleinwiegen und untermischen. Das Risotto in einem tiefen Pastateller servieren.

---

## Was vom Osterhasen übrig blieb ...



Süß-scharfes Risotto

Ein echtes Ostergericht. Heute am Tag der Auferstehen Jesu Christi. Begleitprodukte von Ostern sind seit jeher gefärbte, hartgekochte Eier, Schokoladeneier und -osterhasen. Es bietet sich an, darüber nachzudenken, mit diesen Produkten auch zu kochen. Für hartgekochte Eier gibt es genügend Zubereitungsformen. Aber Vollmilchschokolade? Diese passt

vorzüglich in ein Risotto. Schokolade liefert Süße, für Schärfe als Antagonist dient Pul biber. Aroma bringt mitgedünsteter Knoblauch und Würze Bratenfond. Nicht vergessen darf man, das Risotto nach dem Zubereiten kräftig mit Salz abzuschmecken. Und dann bleibt vom (Schokoladen-)Osterhasen nur das rote Bändchen und das goldene Glöckchen übrig ...

### **Zutaten für 1 Person:**

- 150 g Risottoreis
- 2 große Knoblauchzehen
- 500–700 ml Bratenfond
- 1 kleiner Schokoladenhase (50 g)
- 1 TL Pul biber
- Salz
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 30 Min.

Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Knoblauch und Reis darin glasig dünsten. Wie bei einem klassisch zubereiteten Risotto üblich, wird es in mehreren gleichen Etappen zubereitet. Man gibt jeweils eine Schöpfkelle oder etwa 100–150 ml Flüssigkeit – in diesem Fall Bratenfond – zum Reis hinzu und lässt den Fond unter ständigem Rühren mit dem Kochlöffel vom Reis aufnehmen bzw. verdunsten. Dann gibt man wieder Bratenfond hinzu, bis der Reis gegart ist. Dies braucht erfahrungsgemäß 4–5-maliges Nachgießen und dauert etwa 30 Minuten. Der Risottoreis sollte dann so gut wie keine Flüssigkeit mehr enthalten. Topf vom Herd nehmen. Pul biber hinzugeben und untermischen. Schokoladenhasen mit den Händen in kleine Stücke zerbröseln, zum Risotto hinzugeben, zerschmelzen lassen und ebenfalls untermischen. Kräftig mit Salz würzen und abschmecken. Risotto in einem tiefen Teller servieren.

---

# Linsen-Bulgur-Risotto mit Minze und Petersilie und geräuchertem Lachs



Risotto mit braunen Linsen und Bulgur und  
Minze/Petersilie

Ein erster Versuch, mit Minze zu kochen. Und auch das erste Mal, aus Linsen und Bulgur ein Risotto zuzubereiten. Das Ergebnis war gut, auch wenn es etwas außergewöhnlich schmeckte. Aber die Minze wirkt nicht dominant, sie unterstreicht das Risotto leicht minzig und zitronig, so dass man sogar noch einen Spitzer Zitronensaft hinzugeben kann. Der Räucherlachs gart jedoch leicht durch, selbst wenn man ihn erst ganz am Ende unter das heiße Risotto auf dem Teller untermischt.

Und für weitere Risottos mit Linsen gilt: Diese vielleicht doch zuerst allein in Brühe eine viertel bis halbe Stunde risottoesk topfrühren, bevor man dann für die restliche Kochzeit noch anderes hinzugibt. Denn die Linsen brauchen relativ lang, laut Anleitung auf der Packung 45 Minuten. Aber es war ein erster, interessanter Versuch.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 60 g braune Linsen
- 60 g Bulgur
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- trockener Weißwein
- 750 ml Gemüsefond
- 4–5 Zweige frische Minze
- 4–5 Zweige frische Petersilie
- 60 g frisch geraspelten Parmesan
- Salz
- Pfeffer
- Butter
  
- 100 g geräucherter Lachs

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 45 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. In einem Topf Butter erhitzen und das Gemüse darin anbraten. Linsen und Bulgur hinzugeben und ebenfalls mit anbraten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Den Weißwein einreduzieren und vom Risotto aufnehmen lassen, dabei ständig mit einem Kochlöffel rühren. Nun 4–5 Male nacheinander jeweils einen Schöpflöffel Fond hinzugießen und ebenso wie den Weißwein reduzieren und vom Risotto aufnehmen lassen, dabei auch immer rühren. Danach sollten die Linsen weich gekocht sein und das Risotto eine sämige, schlotzige Konsistenz haben.

Die Minze und Petersilie kleinwiegen, 5 Minuten vor Ende des Garens hinzugeben und noch leicht mitköcheln lassen. Zum

Schluss den geraspelten Parmesan unterrühren, einen Spritzer Zitrone dazugeben und das Ganze mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Räucherlachs – etwa 3 Scheiben – in grobe Stücke rupfen. Das Risotto in einen tiefen Teller geben und den Räucherlachs untermischen.

---

## Risotto mit Pfifferlingen



Risotto mit Pfifferlingen

Ein Foodblog-Kollege sagte mir, dass die Experten sich streiten würden, wie man ein richtiges Risotto zubereitet – ständig rühren oder nicht ständig rühren:

– Zwiebel anbraten, Risottoreis dazugeben, alles glasig andünsten und dann 4–5 Mal hintereinander mit einem Teil des Fonds ablöschen, den Reis kochen und die Flüssigkeit aufnehmen

lassen. Aber dabei ständig rühren. Dies führt man solange durch, bis der Fond aufgebraucht bzw. der Risottoreis gegart ist. Das bedeute aber auch, dass man etwa 30 Minuten am Herd steht und ständig rührt, bis einem der Arm fast abfällt.

– Eine andere Methode ist, Zwiebel und Reis in Olivenöl glasig dünsten und dann den ganzen für das Risotto zu verwendende Fond aufgießen. Dann zugedeckt etwa 25–30 Minuten leicht köcheln lassen. Und das Rühren reduziert sich darauf, alle 5 Minuten nach dem Risotto zu schauen und nur kurz umzurühren, damit der Reis nicht anbrennt. Man muss nur aufpassen, dass man den Zeitpunkt abpasst, an dem der Reis gegart, aber nicht verkocht ist.

Diesmal habe ich die zweite Methode gewählt und das Ergebnis war sehr gut. So langsam schmeckt mir Risotto auch richtig gut.

Die leicht dunkelbraune Farbe des Risottos kommt einerseits von dem dunklen, ungeklärten Gemüfefond und andererseits von den getrockneten Pfifferlingen, deren Farbe sich beim Kochen von anfänglichem Goldbraun in dunkles Braun ändert. Dem Geschmack tut dies aber keinen Abbruch. Ich empfehle allerdings – wenn möglich – frische anstelle von getrockneten Pfifferlingen zu verwenden. Der Geschmack ist doch eine Stufe besser.

### **Zutaten für 2 Personen:**

- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 20 g getrocknete Pfifferlinge – entspricht etwa 200 g frischen Pfifferlingen
- einige Zweige frischer Thymian
- einige Zweige frischer Majoran
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- $\frac{1}{8}$  l trockener Weißwein – z.B. 2012 Côtes de Cascoque Chardonnay



- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
  
- 1 Schalotte
- 125 g Risottoreis
- 400–500 ml Gemüsefond
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
  
- 50 g Butter
- 50 g frisch geriebenen Parmesan
- $\frac{1}{4}$  Zitrone (Saft)

**Zubereitungszeit:** 40 Min.

Zuerst die getrockneten Pfifferlinge in eine Schüssel mit kaltem Wasser zwei Stunden einlegen.

Schalotten und Knoblauchzehe schälen und kleinschneiden. Pfifferlinge durch ein Sieb geben und mit klarem Wasser abspülen. Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotten und Knoblauchzehen darin anbraten. Die Pfifferlinge ebenfalls hinzugeben und mitanbraten. Die Kräuter kleinwiegen. Mit dem Weißwein ablöschen, die Kräuter hinzugeben und alles etwas einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zur Seite stellen.

Den restlichen Weißwein bekommt dann der Koch während seiner beschwerlichen Arbeit zum Degustieren und Abschmecken. ;-)

Schalotte kleinschneiden, Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin glasig dünsten. Den Risottoreis dazugeben und ebenfalls glasig dünsten. Mit dem Fond ablöschen und gleichzeitig das Gemüse-Pfifferlinge-Gemisch hinzugeben. 25–30 Minuten bei geringer Temperatur köcheln, dabei alle 5 Minuten umrühren und schauen, dass der Reis nicht anbrennt. Das Risotto sollte nicht mehr flüssig sein, also alle Flüssigkeit

aufgesogen haben, aber auch nicht verkocht, die einzelnen Reiskörner also noch einen festen Biss haben.

Die Butter und den geriebenen Parmesan untermischen, Zitronensaft hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. In zwei tiefen Nudeltellern anrichten.

---

## Risotto mit Garnelen



Risotto mit Chili und Kräutern, dazu gebratene Garnelen mit ein wenig Sauce

Mein erstes „richtiges“ Risotto, nachdem meine bisherigen Versuche aufgrund ungenügender Kenntnisse über die Zutaten und die Zubereitung eines Risottos nur eher „Reistöpfe“ waren. Nun habe ich den richtigen Reis gekauft, keinen Langkorn- und auch keinen Rundkornreis, sondern speziellen Risottoreis, der Mittelkornreis ist und ein cremiges, schlotziges Risotto ergibt. Dann habe ich verschiedene Kochbücher studiert und das

Risotto etwa 30 Minuten gerührt, bei Zugabe jeweils einer kleinen Menge heißen Fonds, der vom Reis aufgesogen werden und verkochen soll, bis die nächste Menge des Fonds zugegeben wird. Und nach dem Garen des Risottos habe ich den frischen, gehobelten Parmesan mit etwas Butter in das Risotto eingerührt und nicht nach dem Servieren darüber gegeben. Zwar habe ich kein Risotto zubereitet, das man in einen Becher oder eine kleine Schale gibt und auf den Teller stürzt oder auch mit einem hohen Ring auf dem Teller drapiert und das dann diese Form beibehält und dennoch cremig ist. Aber vielleicht gelingt mir das dann bei meinem 30. oder 50. Risotto. Übung macht den Meister.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 125 g Risottoreis (Mittelkornreis)
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 frische, rote Chilischote
  
- 125 ml trockener Weißwein
- 600 ml Gemüsefond
  
- Knoblauchbutter
- 40 g frischer, gehobelter Parmesan
- viele frische Kräuter (Thymian, Oregano, Majoran, Rosmarin, Basilikum, Petersilie, Schnittlauch – was frisch vorhanden ist)
- $\frac{1}{4}$  Zitrone (Saft)
  
- 150 g Riesengarnelenschwänze (etwa 10 Stück)
- Cognac
  
- Salz
- Pfeffer
- Butter

**Zubereitungszeit:** 40 Min.

Den Gemüsfond in einem Topf erhitzen und kochen lassen.

Zwiebel, Knoblauchzehen und Lauchzwiebel schälen und kleinschneiden. Butter in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin glasig braten. Den ungewaschenen, trockenen Reis hinzugeben und ebenfalls glasig braten. Mit dem Weißwein ablöschen. Den Reis den Weißwein aufsaugen lassen und dabei kräftig rühren, damit das Risotto nicht anbrennt. Das Rühren die ganze Zubereitung über beibehalten. Eventuelle Röststoffe auf dem Boden des Topfes mit dem Kochlöffel ablösen.

Nun nacheinander jeweils einen Schöpflöffel des siedenden Fonds in das Risotto geben, dieses rühren, bei mittlerer Temperatur kochen und den Reis die Flüssigkeit aufnehmen lassen. Dies 7–8 Mal wiederholen, bis entweder der Reis gegart ist oder der Fond aufgebraucht ist. Im Notfall, wenn der Reis noch nicht gegart ist, mit Wasser abhelfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kräuter kleinwiegen. Den frisch gehobelten Parmesan und eine große Portion Knoblauchbutter unter das Risotto rühren und auflösen lassen. Dann die Kräuter unterrühren. Mit etwas Zitronensaft abschmecken.

10 Minuten vor Fertigstellung des Risottos Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen auf jeder Seite etwa 2–3 Minuten kross anbraten. Mit einem Schuss Cognac ablöschen und flambieren. Etwas Butter hinzugeben, mit dem restlichen Cognac binden und ein wenig Sauce zubereiten. Garnelen mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Risotto auf einem großen Teller anrichten, die Garnelen daneben geben und ein wenig der Sauce über die Garnelen geben.

---

# Aubergine-Zucchini-Mozzarella-Risotto



Aubergine-Zucchini-Mozzarella-Risotto, mit Schnittlauch, Jalapeño und Zitrone garniert

Das erstmalige Kochen mit Jalapeño war enttäuschend. Diese haben so wenig Schärfe, dass jede thailändische Chilischote mehr Biss hat. Dann das nächste Mal gleich eine Habanero verarbeiten.

## Zutaten für 2 Personen:

- $\frac{1}{2}$  Aubergine
- $\frac{1}{2}$  Zucchini
  
- 1 große Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Jalapeño
  
- 500 ml Gemüsefond
  
- 10 Zweige frischer Thymian

- $\frac{1}{2}$  Bund frische Petersilie
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Butter
  
- 1 Büffelmozzarella, 150 g (Mozzarella di Bufala Campagna DOP)
- $\frac{1}{2}$  Zitrone (Saft)
- frischer Schnittlauch
  
- 1 große Tasse Rundkornreis, ca. 125 g

**Zubereitungszeit:** 30 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Jalapeño kleinschneiden. Die halbe Aubergine und Zucchini in kleine, 2 x 2 cm große Würfel schneiden. Eine schwere Eisenpfanne ohne Fett erhitzen und die Würfel darin kross und braun anbraten, dabei immer mit dem Pfannenheber wenden und darauf achten, dass die Würfel dabei nicht anbrennen. Dann aus der Pfanne nehmen und in eine Schüssel geben.

Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Jalapeño kross drin anbraten. Den Reis hinzugeben und ebenfalls darin anbraten. Mit dem Fond ablöschen, die kleingewiegten Kräuter hinzugeben und dann die Aubergine- und Zucchiniwürfel. Alles mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen, kräftig köcheln lassen und dabei immer gut umrühren, damit nichts anbrennt. Nach etwa 20 Minuten sollte der Reis gut gegart sein.

Den Mozzarella in kleine Stückchen rupfen, unter das Risotto heben und nicht mehr mitgaren, sondern nur noch leicht schmelzen lassen. Mit Zitronensaft abschmecken.

In zwei großen Pastatellern anrichten. Mit etwas geschnittenem, frischen Schnittlauch bestreuen.

---

# Tomaten-Kapern-Reistopf



Tomaten-Kapern-Risotto mit frischem Parmesan

Man kann mit wirklich wenig frischen Zutaten in sehr kurzer Zeit einen herrlich schmackhaften „Reistopf“ zubereiten. Mit nicht zu viel Brühe – sonst hat man eine Suppe –, mit nicht zu wenig Brühe – sonst ist der Reistopf zu fest und verbacken, sondern mit genügend Brühe, dass es am Ende schlotzig auf den Tellern landet.

## Zutaten für 2 Personen:

- 2 große Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 60 g Kapern (mit Einweichwasser)
- viele frische Kräuter (Thymian, Rosmarin, Majoran, Oregano)

- trockener Weißwein
- 2 Tassen Gemüsfond
- 1 Tasse Basmatireis oder Rundkornreis
- $\frac{1}{2}$  Zitrone (Saft)
- Parmesan
- Salz
- Pfeffer
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 20 Min.

Tomaten blanchieren, die Haut abziehen, den grünen Strunk und dann die Kerne entfernen, so dass nur noch das Fruchtfleisch übrig bleibt. Dieses klein schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Kräuter kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel und Knoblauchzehen darin kräftig anbraten. Die Tomatenstücke hinzugeben. Alles zusammen etwas köcheln lassen. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Die Kapern hinzugeben – wer es etwas sauer mag, gibt noch das Einweichwasser der Kapern hinzu – und dann die frischen Kräuter. Wenn man das Risotto etwas gebunden und sämig haben möchte, verwendet man besser keinen Langkorn-, sondern Rundkornreis, da dieser mehr Stärke hat. Den Reis dazugeben, mit dem Gemüsfond auffüllen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei geringer Temperatur 10–15 Minuten köcheln lassen, bis der Reis gegart ist. Mit Zitronensaft abschmecken.

Das Risotto in zwei großen Pastatellern anrichten und grob gehobelten, frischen Parmesan darüber geben.