



DIE STERNE

IM SAUERLAND

Empfehlung von Clemens Manthey, Jagdhaus Wiese:

Schneller Teller



... mal ganz langsam.

Unsere beliebte Rubrik kommt in dieser Ausgabe einmal ganz langsam daher, mit einem Rezept, das perfekt zur Jahreszeit passt, aber einige Zeit erfordert. Nehmen Sie sich die Zeit – vor allem beim Genießen!

Gebackenes Risotto mit gedämpftem Stangenspargel und karamellisiertem Rhabarber (Rezept für 4 Personen)

ZUTATEN FÜR DEN SPARGEL:
500 g weißer Stangenspargel
Salz

Gebackenes Risotto

1. Die Zwiebel-Schalottenbruniose zusammen mit dem Rundkornreis im Olivenöl anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind.
2. Dann mit der Gemüsebrühe ablöschen und unter ständigem Rühren und Hinzugabe weiterer Brühe sowie des Grana Padano bei mittlerer Hitze gar ziehen lassen, bis das Risotto nicht mehr breiig, sondern relativ trocken und fest wird.
3. Backblech mit der Butter einfetten und das Risotto auf das Blech streichen.
4. Die Masse frosten und anschließend in Rauten schneiden.
5. Die Rauten mehlieren, in das aufgeschlagene Ei tauchen und anschließend durch das helle Paniermehl ziehen.
6. Die Rauten nun goldgelb frittieren.

Karamellisierter Rhabarber

1. Den Rhabarber schälen (Fäden ziehen) und in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Anschließend in einer Sauteuse mit dem Oliven- und Erdnussöl anschwanken, mit Zucker karamellisieren und mit dem Essig ablöschen.
3. Den fertigen Rhabarber mit Sternanis, Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken.

Den Spargel schälen, in 5 cm lange Stücke schneiden und in Salzwasser al dente garen.

Alle Zutaten zusammen anrichten und mit frischen Gartenkräutern, Kernen und Joghurt- oder Kräuterdip garnieren.
Guten Appetit!

ZUTATEN FÜR DEN RHABARBER:
4 Stangen roter Rhabarber
2 EL Balsamico-Essig
1 EL Rohrzucker
Sternanis, Meersalz, Pfeffer, Koriander aus der Mühle, Olivenöl, Erdnussöl

ZUTATEN FÜR DAS RISOTTO:
250 g Rundkornreis Carnaroli
25 g Butter
15 g Olivenöl
60 g Zwiebel-Schalottenbruniose
35 g Grana Padano gerieben
ca. 800 ml kräftige Gemüsebrühe
2 bis 3 Eier
Mehl, helles Paniermehl