



PUSCHTRA KORN UND REIS

Mehrkornrisotto mit Bachsaibling und Wurzeln

Zubereitung

1. Gerste und Weizenkörner getrennt über Nacht im Wasser einweichen. Anschließend getrennt in Wasser ohne Salz mit Biss kochen. Abschütten.
2. Zwiebel in Öl anschwitzen, den Reis beigegeben und farblos glasieren. Mit Weißwein ablöschen und mit der Gemüsebrühe nach und nach aufgießen. Hierbei innerhalb 16-18 Minuten zu einer cremigen Konsistenz kochen.
3. Während dem Kochprozess das Gemüse in unterschiedliche Schnittformen fein schneiden. Die letzten 5 Minuten dem Risotto im Kochprozess, Gerste, Dinkel und das Gemüse beigegeben.
4. Den Risotto mit Salz, Pfeffer, Butter und Parmesan gut abschmecken. Dieser sollte eine sehr cremige Konsistenz haben.
5. Vom Saiblingsfilet die Haut abziehen, in 8 Stücke schneiden und im Öl sanft anbraten. Umdrehen und noch kurz die Filetstück nachgaren lassen.

EMPFOHLENE ANRICHTEFORM

Den Risotto im Teller einlaufen lassen. Passend zwei Saiblingsfiletstücke einsetzen und mit zartem Gemüse und Kräutern attraktiv veredeln.

