

Risotto mit Meeresfrüchten

Details zum Rezept

Für Fortgeschrittene

Portionen: 4

Gesamtdauer: 1 ¼ Stunden

Vorbereitungszeit: ¼ Stunde

Garzeit: ¾ Stunde



Kombidämpfen | Intervall Dampf



Kochfeld

Einkaufsliste

Risotto:

- ✓ 3 EL Olivenöl
- ✓ 3 EL Butter
- ✓ 1 Zwiebel
- ✓ 2 Knoblauchzehen
- ✓ ¼ Liter Risottoreis
- ✓ ¼ Liter trockener Weißwein
- ✓ ½ Liter Fischfond
- ✓ Salz
- ✓ Pfeffer
- ✓ 1 Lorbeerblatt
- ✓ ½ Stück Sternanis
- ✓ 6 EL geriebenen Parmesan
- ✓ 2 Bund frisches Basilikum

Meeresfrüchte & Fische (ca. 1,2 kg), z.B.:

- ✓ Lachs-, Brassen- oder Wolfsbarschfilets
- ✓ kleine ganze Fische
- ✓ Garnelen
- ✓ ausgelöstes Jakobsmuschelfleisch
- ✓ kleine zarte Tintenfischtuben
- ✓ Miesmuscheln
- ✓ Olivenöl
- ✓ 1 Zitrone
- ✓ Fischgewürzsalz

Kaufe Fisch und Meeresfrüchte je nach Marktlage... Lass sie vom Fischhändler gleich vorbereiten, dann brauchst du sie nur noch kurz zu braten!



Vorbereitung

Ofenfunktion: Intervall Dampf* 200° vorheizen.

Zwiebel, Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden.

Falls die Meeresfrüchte und Fische vom Fachhändler noch nicht vorbereitet wurden, selbst filetieren und vorbereiten.



Ansetzen

3 EL Olivenöl und 1 EL Butter in einem Glaskochgeschirr (oder ungelochten Metallbehälter) verteilen.

Zwiebel und Knoblauch begeben.

Den Behälter in den Kombidämpfer stellen.

Ofenfunktion: Intervall Dampf* 200°C für ca. 10 Minuten anschwitzen bis die Butter beginnt aufzuschäumen.



Aufgießen

Weißwein, Fischfond, Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt und Sternanis in das Glaskochgeschirr begeben und ca. 10-15 Minuten weitergaren bis der Fond im Behälter zu köcheln beginnt.

Tipp:

Risottoreis wird hier immer im Verhältnis 1:3 gekocht, d.h. 1 Teil Reis und 3 Teile Flüssigkeit.



Reis begeben und garen

Reis in die köchelnde Flüssigkeit geben und kurz einmal durchrühren!

Während des Garvorganges ist weder Umrühren, noch Kontrolle nötig – das erledigt alles der Kombidämpfer!

Ofenfunktion: Intervall Dampf* 200°C für ca. 18 Minuten.

Die Kochzeit des Risotto hängt von der Reissorte und dem persönlichen Geschmack ab, wie bissfest man den Reis gerne möchte.

Viele Hersteller geben die empfohlene Kochzeit auf der Packung an (meist 16-18 Minuten).



Risotto vollenden

Risotto aus dem Kombidämpfer nehmen, 2 dicke Butterstücke (2 EL), geriebenen Parmesan und Basilikum unterrühren (ein Stück Parmesan und einige Blätter Basilikum zum Garnieren zurückbehalten). Durch die kalte Butter wird der Garprozess gestoppt und das Risotto erhält seine cremige Konsistenz!

Tipp:

Ggfs. Risotto im ausgeschalteten Kombidämpfer warmhalten.



Meeresfrüchte & Fische anbraten

Die diversen Meeresfrüchte und Fische in Olivenöl in einer Pfanne am Herd kurz und saftig braten. Mit Zitronensaft und Fischgewürzsalz würzen.

Ggfs. Muscheln in Weißwein kurz aufkochen.

Tipp:

Tintenfisch erst nach dem Braten salzen, sonst bleibt er hart.

Servieren

Risotto auf den Tellern anrichten, die Meeresfrüchte und Fische darauf verteilen und mit Basilikumblättern und gehobelter Parmesanspäne garnieren.

Tipp zu Rezeptvarianten:

Auf diese Art und Weise können verschiedene Risotto-Rezepturen zubereitet werden.

Andere Bedienermöglichkeiten:

* Intervall Dampf = Feuchtegaren NIEDER oder CircoTherm Heißluft mit mittlerer Dampfunterstützung